Digitized by Google

ſſc.
1503 m

Drexelius

Kis

Digitized by Google

Digitized by Google

Das goldene Büchlein vom Faſten

oder:

„So bleibt man geſund, ſo lebt man lange.“

Nach

R. P. Jeremias Drexelius S. J.

bearbeitet und herausgegeben von einem katholiſchen Geiſtlichen.

Mit hoher Approbation des biſchöfl. Ordinariats Paſſau.

Landshut,
(Verlag von J. G. Wölfle)
Krüll'ſche Univerſitäts-Buchhandlung
1846.

Z 52. B

Digitized by Google

Bayerische
Staatsbibliothek
München

Digitized by Google

Dem

Hochwürdigſten, Hochgebornen

Herrn Herrn

Heinrich,

Biſchof von Paſſau, Praelatus domesticus,
Comes sacri palatii et aulae lateranensis
Seiner Päpſtl. Heiligkeit

geweiht

in tiefſter Ehrfurcht

vom Ueberſetzer.

Digitized by Google

Digitized by Google

Vorrede.

Gott ſetzte den erſten Menſchen in den Garten des Paradieſes, „damit er ihn baute und bewahrte.“ Und er gebot ihm und ſprach: „Du ſollſt eſſen von allen Bäumen im Garten, aber von dem Baume der Erkenntniß des Guten und des Böſen ſollſt du nicht eſſen; denn wenn du davon iſſeſt, biſt du des Todes.“

Sieh da! — das erſte Gebot, das von Gott ſelbſt dem Menſchen gegeben worden, war das Gebot der Enthaltſamkeit, des Faſtens.

„Die Schlange aber verführte das Weib. Das Weib ſah, daß von dieſem Baume gut zu eſſen wäre. Er fiel ihr ſchön in die Augen, und war reitzend im Anblicke. Sie griff alſo nach der Frucht und aß. Sie gab ihrem Manne davon, und auch er aß.“

Das erſte Verbrechen, das die junge Welt befleckte, war die Uebertretung des Gebotes der

Digitized by Google

Enthaltſamkeit, Empörung, Ungehorſam des Geſchöpfes gegen den Willen des Schöpfers.

Als der Sohn Gottes nach ſeiner menſchlichen Natur ſich auch wollte verſuchen laſſen, da wandte der Satan die nämlichen Waffen wider ihn, mit denen er uns ſo oft beſiegt: Reitz zur Sinnlichkeit, zum Vorwitze, zum Stolze. Aber der Sohn Gottes zeigte uns durch ſein Beiſpiel, wie wir uns zum Kampfe vorbereiten, und mit welchen Waffen wir die Verſuchungen überwinden ſollen. Er ſelbſt hatte ſich, uns zum Beiſpiele, vorbereitet durch Faſten.

„Jeſus aber ward vom Geiſte in die Wüſte geführt. Und da er vierzig Tage und vierzig Nächte gefaſtet hatte, hungerte Ihn. Und der Verſucher trat zu Ihm und ſprach: Biſt du Gottes Sohn, ſo ſprich, daß dieſe Steine Brod werden. Und er antwortete und ſprach: Der Menſch lebt nicht vom Brode allein, ſondern von einem jeden Worte, das aus dem Munde Gottes geht.“

Der erſte Adam ward verſucht und erlag; der zweite Adam ward verſucht und überwand, und erkämpfte ſeinen Brüdern Kraft zum Kam-

Digitized by Google

pfe, Siege. „Alles, was in der Welt iſt, iſt Fleiſcheslust, Augenlust und Hoffart des Lebens, iſt nicht vom Vater, ſondern von der Welt.“

Die Zuſammenſtellung dieſer beiden bibliſchen Ereigniſſe zeigt, daß das erſte Gebot, das Gott den erſten Menſchen gegeben, das Gebot der Enthaltſamkeit, — die erſte Sünde ein Bruch der Enthaltſamkeit, — die erſte Tugend, die der Heiland nach ſeiner Taufe übte, die Tugend der Enthaltſamkeit war.

Wir alle tragen jene Begierlichkeit, welche die erſten Menſchen zum Falle brachte, in uns, und gegen ſie zu ſtreiten iſt unſere Beſtimmung. Es gibt aber nur ein Fundamentalgebot, oder vielmehr nur ein Fundamentalverbot: „Enthalte dich;“ auf dieſes laſſen ſich alle übrigen Verbote der religiöſen und moraliſchen Ordnung zurückführen. Mit dieſem Verbote hängt zuſammen das Fundamentalgeſetz vom Gehorſame, welches nur poſitiv ausdrückt, was jenes Verbot negativ hinſtellt. „Enthalte dich von dem, was dir verboten;“ — „oder erfülle das, was dir geboten,“ drückt dasſelbe aus, und darin liegt alle Weisheit für das Leben und die ſittliche Ordnung in demſelben.

Digitized by Google

Es iſt demnach wenigſt vernünftig, dem Beiſpiele unſers Erlöſers zu folgen, der uns die ſchöne und heilſame Uebung des Faſtens in ſeinem eigenen Leben dargeſtellt hat; — es iſt vernünftig, uns im Kampfe mit der angebornen Begierlichkeit zu üben, wozu uns das kirchliche Faſtengebot eine ſo ſchöne Gelegenheit gibt; es iſt vernünftig, die wegen unſerer Sünden uns drohenden zeitlichen Strafen abzuwenden, und dieſes können wir durch das heilſame Faſten. Aber es ſind noch andere Beweggründe, wir dürfen uns nun auf die Erfahrungen aus dem gemeinen Leben berufen, ſo können wir Beobachtungen machen, welche gewiß im Stande ſind, das kirchliche Faſtengebot auch von ganz ſinnlicher und irdiſcher Seite als höchſt weiſe und wohlthätig zu zeigen; denn das Faſten iſt auch eine vorzügliche Präſervative der Geſundheit und ein Univerſalmittel in jeder Krankheit. Ferners betet die Kirche in der Präfation der hl. Faſtenzeit: „Der du durch leibliches Faſten die ſündhaften Begierden unterdrückeſt, den Geiſt erhebeſt, Tugenden und Belohnungen verleiheſt.“ Und Leo der Große ſchreibt: „Was könnte wohl vortrefflicher ſeyn, was heilſamer, als das Fa-

ſten, durch deſſen Beobachtung wir uns Gott nähern, dem Böſen widerſtehen, die ſündhaften Reitze überwinden. Es ſchwächt und bändigt die Begierlichkeit, urd ſchmückt die Seele mit Tugenden.“ Der hl. Hieronymus hält dafür: „Das Paradies, welches durch Unenthaltſamkeit verloren worden, könne nur durch Enthaltſamkeit wieder gewonnen werden.“ So auch der hl. Auguſtin: „Das Faſten reinigt die Geſinnung, erhebt den Geiſt, unterwirft das Fleiſch dem Geiſte, gibt ein zerknirſchtes und demüthiges Herz, zerſtreut die Nebel der Begierlichkeit, löſcht die Flamme der Luſt, zündet an das reine Licht der Keuſchheit.“ Cyprian ermahnt zur Mäßigkeit in Speiſe und Trank, „auf daß nicht das durch die Kraft des Himmels erhobene Herz durch die Lockſpeiſe der Welt entkräftet, noch auch das von reichlichen Mahlzeiten beſchwerte Gemüth minder fähig zur Wachſamkeit im Gebete werde.“

Chriſtus ſelbſt ſpricht (Math. 6. 16, 18) von einer Vergeltung des Faſtens; ja legt demſelben ſogar eine auſſerordentliche Wirkſamkeit bei, indem er nach Austreibung eines ſehr hartnäckigen, böſen Geiſtes ſagte: „Dieſe Art

Digitized by Google

fährt nicht aus„ als durch Gebet und Faſten. (Mth. 17. 14.)

Unzählige Beiſpiele aus der erſtern, mittlern und neuern Zeit der chriſtkatholiſchen Kirche bezeugen es, wie alle wahren Freunde und Schüler Jeſu Chriſti auch ſeine Lehre von der Kreuzigung des Fleiſches, von der Selbſtverläugnung erfaßt und beobachtet haben. Ja ſelbſt im alten Bunde ſchon ward das Faſten als ein Mittel angeſehen, die Seele vom Irdiſchen mehr abzuziehen und leichter zu Gott zu erheben. So bereiteten ſich Moyſes und Elias auch durch Faſten vor, wenn ſich Gott ihnen offenbaren wollte, um würdiger vor Ihm zu erſcheinen. Beſonders begeiſtert, voll Salbung, fromm und innig ſprechen ſich über dieſen Gegenſtand alle Kirchenlehrer des Morgen- und Abendlandes aus, von denen wir nur einige angeführt. Die Concilien von Vienne und Lyon, von Conſtanz und Baſel, von Florenz in der Verſammlung der orientaliſchen und abendländiſchen Kirche und in Trient ſprechen ganz gleichförmig über die Nützlichkeit und Vortrefflichkeit des Faſtens. Auch die neuere Zeit führt mit dem Alterthume — die Wahrheit altert nie —

Digitized by Google

eine und dieſelbe Sprache, Eine Sprache aus Einem Glauben. Ein Glaube aus Einer Kirche, Eine Kirche aus Einer Taufe. Was das ganze katholiſche Europa, Afrika, Aſien und Amerika, was die Päpſte, was alle katholiſchen Biſchöfe geprediget und predigen, — es iſt dieß der Gegenſtand, den wir hier behandeln, die Verläugnung ſeiner ſelbſt. Wo das Faſten nicht geehrt wird, da ſind die Zeichen des Abfalles und Irrthums, wenigſt einer großen Ausartung und Lauigkeit nicht zu verkennen.

Daß es nächſt dieſem leiblichen Faſten ganz beſonders auch auf die Beſiegung der innerlichen böſen Neigungen abgeſehen ſey, zu dem das körperliche Faſten eigentlich nur ein Hilfsmittel iſt, geht aus dem Ganzen hervor. Ohne dieſe innerliche Abtödtung hat alle äußere Strenge im Faſten doch keinen wahren Werth. Faſtet, ſpricht der hl. Chryſoſtomus, und enthaltet euch der Sünde. Es faſte die Zunge; ſie ſoll keine Schmähworte, keine Läſterungen, keine Flüche ausſprechen. Es faſte das Auge, und enthalte ſich frecher Blicke. Es faſten die Füße, indem ſie verbotene Orte nicht betreten. Es faſte das Herz, indem es jeden

Groll und Neid gegen die Mitmenſchen, Starr- und Eigenſinn überwinde.

Der Herr gebe dieſer Arbeit ſeinen Segen, und verleihe uns, daß wir in ſeine Fußſtapfen tretend hier als Streiter unerſchütterliche und eifrige Beharrlichkeit beweiſen in Erinnerung an ſein heilbringendes Leiden, in der künftigen Welt aber die Wiedervergeltung deſſen finden, was wir hienieden für unſere Seele und zu ſeiner Ehre vollbracht finden.

Digitized by Google

Erſtes Buch.

Warum man faſten ſoll?

I. Kapitel.

Eingang zu dieſer Abhandlung: Worin das Faſten beſtehe? Lob des Faſtens.

Der Himmelsbote Raphael legte erſt nachdem er die Reiſe mit dem jungen Tobias zurückgelegt, die Rolle ab, die er unterwegs geſpielt. Da ſagte er ihnen vertraulich (Tob. Cap. XII. 6. 7): „Lobet den Gott des Himmels und danket ihm vor allen lebenden Weſen, da er an euch ſeine Barmherzigkeit kund gethan; denn die Geheimniſſe des Königs verborgen zu halten, iſt gut; aber Gottes Werke offenbaren und ihn dafür preiſen, das iſt eben ſo rühmlich.“

Da hätte der alte Tobias wohl fragen können, was dieß für ein Geheimniß, was dieß für Werke ſeyen? Der Engel antwortet auf dieſe Frage: das Gebet mit Faſten und Almoſen iſt beſſer, als wenn man Schätze von Gold zuſammenhäuft (V. 8). Das Gebet kann, wenn es vom Almoſen und vom Faſten unterſtützt wird, wohl unter die vortrefflichſten Werke

Digitized by Google

gerechnet werden, und wer ſich damit beſchäftigt, iſt weit beſſer daran, als wenn Jemand ganze Kiſten mit Gold anfüllte. Das Gebet iſt gut, aber beſonders gut wenn es mit Faſten und Almoſen verbunden wird. Das Gebet iſt ein Schatz, nicht aus Pfennigen oder Groſchen, ſogar nicht aus Thalern, ſondern aus Goldſtücken und Edelſteinen beſtehend, ja es übertrifft weit jeden andern Schatz.

Epictetus pflegte, wie Gellius bezeugt, zu ſagen: Zwei Laſter verwüſten die ganze Welt und ſind größer und abſcheulicher als alle andern, nämlich die Ungeduld und Unenthaltſamkeit; wenn wir entweder das Unrecht nicht geduldig leiden, oder uns von den verbotenen Wollüſten nicht enthalten wollen. Dieß kommt daher, weil unſer rechter Arm zu ſtark und mächtig, der linke aber zu ſchwach und zu unkräftig iſt. Es iſt die Ungeduld, die keine Unbild ertragen kann, dem linken Arme gleich, der ſeine Stärke verloren und gar nichts mehr vermag; das geringſte Unrecht bringt ſie in Aufregung.

Betrachte nur das Treiben der Menſchen und du wirſt allenthalben die größte Ungeduld wahrnehmen. Manchen darf man gar nicht nahe kommen ohne ſie zu beleidigen; ſie nur mit ſcheelem Auge anzuſehen, würde ſchon für ein großes Verbrechen gelten, jede geringe Beleidigung ſollte nach ihrer Meinung mit dem Degen in der Hand gerächt werden. Daher entſtehen ſo viele Streitigkeiten und unzählige Zänkereien. Dieſe verderbliche Peſt unter den Menſchen entſpringt aus

Digitized by Google

der Ungeduld. Die Unenthaltſamkeit aber, als der rechte Arm, der allzu kriegeriſch und zu ſeinem eigenen Verderben zu gewaltig iſt, zeigt ſich, wo die Begierde nach Wollüſten und Vergnügungen bezwungen, die Luſt zum Eſſen und Trinken bezähmt, die Leichtfertigkeit der Augen eingeſchränkt werden ſoll. Da ſchwingt ſich der Arm der Unenthaltſamkei, will nichts verſagen und ſchlägt umher zum eigenen Verderben. Das Gewiſſen, die Vernunft, das göttliche Geſetz verſuchen es einen Zügel anzulegen, aber vergebens; ſie wirft ihn von ſich, und verfolgt unbändig ihren Weg.

Was giebt es hier für ein Mittel? was iſt zu thun? Epictetus giebt den kurzen Rath: „ἀνέχου und ἀπέχου (meide und leide): denn, ſagt er, wer dieſe zwei Worte zu Herzen nimmt, und es dahin bringt, daß er ſie halte und nie vergeſſe, der wird vor den meiſten Sünden bewahrt bleiben und ein ſehr ruhiges Leben führen.“ Durch Leiden und Meiden wird jedes Uebel überwunden. Thut man dir oftmals Unrecht, kommt allenthalben Unglück über dich? ſo leide. Reizt dich die Wolluſt und lockt ſie dich durch ſüßes Gift? ſo meide, meide! Auf dieſe Weiſe wirſt du gewiß ſicher gehen und vor allem Böſen bewahrt bleiben. So iſt das Gebet gut, aber mit Faſten. Das Gebet iſt eine treffliche Arznei in allen Krankheiten und wider alle Laſter. Das Gebet verbeſſert alle Gebrechen und Fehler der Seele. Begehrt einer demuthsvollen, gehorſamen Sinn, der bete. Trägt er Verlangen nach Keuſchheit, er bete. Wünſcht er Nüch-

Digitized by Google

ternheit des Geiſtes, er bete. Will er wider das Böſe kämpfen, er bete nur und hoffe mit vertrauensvollem Herzen den gewiſſeſten Sieg. Das Gebet iſt die Hauptmacht wider alles Böſe, der Sieg und Triumph iſt aber dann erſt auf ſeiner Seite, wenn Almoſen und Faſten mit demſelben ſich verbinden.

Wenn demnach Ungeduld und Unmäßigkeit uns in jedes Unglück ſtürzen, ſo ſetzen wir der Ungeduld das Almoſen, und das Faſten der Unenthaltſamkeit entgegen. Das Almoſen, welches wir das heilige nennen, erträgt alles Unrecht mit größter Ruhe und verzeiht allen Feinden. Dieſes iſt dann die rechte chriſtliche Geduld. Das Faſten aber weiß die Gaumenluſt zu bezwingen, die Luſt zum Eſſen und Trinken zu bezähmen und zu entbehren. Und dieſes iſt die wahre chriſtliche Enthaltſamkeit. Darum leiden und meiden wir. Das Gebet iſt beſonders gut, wenn es mit Faſten verbunden wird. Nicht nur der weiſe Epictetus, ſoudern auch der Engel Raphael ertheilt daher die ſehr heilſame Vorſchrift, das Faſten mit der Geduld und den übrigen Tugenden zu verbinden, und dem Gebet durch Faſten Kraft und Nachdruck zu verſchaffen. — Vom Gebete, das wir die himmliſche Rhetorik nennen, war ſchon ein andersmal die Rede, ſo wie auch vom Almoſen, das wir Chriſti Schatzkammer nennen. Jetzt iſt noch übrig, daß wir auch darthun, daß Faſten die vorzüglichſte Arznei unter allen ſey. Dieſes ſey nun der Inhalt gegenwärtigen Buches.

Digitized by Google

§. 1.

Hier möchte ſich vor Allem die Frage aufdrängen: Was iſt Faſten? Dieſe Frage wollen wir nicht ängſtlich abwägen. Wir antworten ganz kurz mit dem engliſchen Lehrer Thomas von Aquin: „Faſten iſt der vernünftige Abbruch an Speiſen, und trägt den Namen und die Würde einer Tugend. Es iſt eine Uebung der Tugend der Mäßigkeit und nothwendig um über das Fleiſch zu herrſchen, das Gemüth zu Gott zu erheben, für die Sünden zu büßen.“ Jemand fragte den Abt Yprich: Was iſt Faſten? dem antwortete er: Es iſt ein Zaum und Zügel wider die Sünde. Mit dieſem Zaum wird die Unenthaltſamkeit eingeſchränkt, daß ſie nicht zu gierig nach Speiſe verlange. Wenn wir von der Enthaltſamkeit und vom Faſten handeln, werden wir 3 Punkte durchzuführen haben. Erſtens, warum man faſten ſoll; zweitens, wie man faſten ſoll; drittens, welches der Zweck und Nutzen des Faſtens ſey. Der erſte Punkt macht den Inhalt des erſten Theiles unſerer Abhandlung aus, die andern beiden bilden den zweiten Theil. Das Fundament iſt bereits gelegt: Das Gebet iſt gut, beſonders in Verbindung mit Faſten und Almoſen. Auf dieſen Grund baut Auguſtinus alſo: „Darin beſteht die Gerechtigkeit des Menſchen in dieſem Leben, daß er faſte, Almoſen gebe und bete. Willſt du daß dein Gebet bis zum Throne Gottes ſich hinaufſchwinge, ſo gieb ihm zwei Flügel, das Faſten und das Almoſen.“

Die Mäßigkeit wurde bei den Chriſten immer für

Digitized by Google

eine höchſt löbliche Tugend gehalten. Wir loben alle Geſchöpfe Gottes, ſagt Hieronymus; ziehen aber die Magerkeit der Fettigkeit, die Enthaltſamkeit dem Ueberfluße, das Faſten der Sättigung vor. Von den Tagen Johannes des Täufers an, der ernſtlich faſtete und ein keuſches, jungfräuliches Leben führte, leidet das Himmelreich Gewalt, und nur die Gewaltigen reißen es an ſich. Denn wir fürchten, wir möchten bei der Ankunft des ewigen Richters, den Menſchen zur Zeit der Sündfluth und der Zerſtörung von Sodoma und Gomorrha gleich, beim Eſſen und Trinken, bei Hochzeitstand und vollen Tafeln getroffen werden. Sowohl die Sündfluth als das wilde Feuer welches vom Himmel fiel, fand die Menſchen in Unmäßigkeit und Schwelgerei, und daher ihre Vertilgung. Hieronymus fügt noch bei: „Elias hat ſich durch vierzigtägiges Faſten vorbereitet und dann Gott auf dem Berge Horeb geſehen, und dieſe Worte von ihm gehört: „„Was machſt du hier Elias?““ Dieß Wort klingt viel freundlicher, als jenes im Paradieſe: „„Adam, wo biſt du?““ Denn dieſes erfüllte mit Furcht und Schrecken den unglücklichen Adam nachdem er gegeſſen: jenes ſprach dem faſtenden Diener ganz liebevoll zu.“

Darum laſſet uns Acht haben, ſagt Auguſtinus, welch ein Unterſchied iſt zwiſchen faſten und geſättigt ſeyn, zwiſchen einem nüchternen und einem von Speiſe überfüllten Magen. Moſes hat den Herrn geſehen, weil er gefaſtet. Das Volk machte ſich Götzen da es aß und trank. Das Faſten eines einzigen Menſchen

Digitized by Google

erlangte, was ein ganzes Volk wegen Unmäßigkeit nie erlangt hätte. Adam, der erſte Menſch, verblieb im Paradieſe, ſo lange er nüchtern geblieben; ſobald er aber gegeſſen, wurde er aus demſelben vertrieben. So war es denn der Genuß der uns das Paradies geraubt; durch Hunger und Faſten müſſen wir es wieder erobern. Fülle hat immer die Lüſternheit und Geilheit zur Begleiterinn. Als Elias faſtete, zeigten ſich ihm auch die Elemente dienſtbar. Sehet nun, Allerliebſte, wie groß die Gnade ſey die Gott demjenigen, der faſtet, ertheile.

Vielleicht wirſt du fragen, warum denn Gott dem Elias nur Brod und Waſſer und nicht auch Speiſe, wie dem Daniel in der Löwengrube zur Nahrung geſchickt habe? Auguſtinus antwortet hierauf: „Gott wußte, daß der Teufel, der ſeinen Propheten verſuchte, nicht anders überwältiget werden könne, als wenn dieſer mit dem Faſten wohl vertraut, dadurch die tückiſchen Angriffe des wachſamen Feindes zurückweiſe.“ Darum hat auch der Sohn Gottes ſelbſt gefaſtet, als er vom Teufel ſollte verſucht werden. Es haben auch nicht nur die Schüler der Phariſäer, ſondern auch jene des Johannes und Chriſti Jünger ſelbſt gefaſtet. Chriſtus ſagte es ihnen vorher: „Es wird die Zeit kommen, daß man den Bräutigam von ihnen nimmt, und alsdann werden ſie faſten (Mth. IX. 15). Paulus hat ſich nicht nur in Arbeiten und Wachen, ſondern auch in vielem Faſten (II. Cor. VI. 5.) als ein Diener Gottes bezeugt. Cornelius, der römiſche Haupt-

Digitized by Google

mann, hat vier ganze Tage mit Faſten und Beten zugebracht (Act. 10. 30).

§. 2.

Baſilius der Große erhebt das Faſten mit würdigen Lobſprüchen: „Das Volk, ſchreibt er, welches durch ſo große Zeichen und Wunder unterrichtet und in der Art und Weiſe wie es Gott dienen ſollte, unterwieſen worden war, gerieth durch Völlerei ſo ſchnell in die ſchändlichſte Abgötterei der Aegyptier. Vergleicht man nun beide, ſo zeigt ſich, daß das Faſten uns Gott zuführe, durch Genuß und Wohlleben aber die Seligkeit verſcherzt wird. Was hat dem Eſau einen ewigen Schandfleck angehängt und ihn zum Knechte ſeines Bruders gemacht? war es nicht etwas Speiſe, um derentwillen er an ſeinen Bruder die Erſtgeburt verkaufte? Hat aber nicht Gebet durch Faſten unterſtützt den Samuel ſeiner Mutter geſchenkt? Was hat den Helden Samſon ſo unüberwindlich gemacht? war es nicht das Faſten, womit er ſchon im Mutterleibe empfangen war? Im Faſten empfieng ihn ſeine Mutter, im Faſten war er auferzogen, im Faſten reifte er zum Manne heran. Das hat auch der Engel der Mutter anbefohlen, ſie ſollte nichts berühren, was vom Weinſtock käme, weder Wein noch anderes ſüßes Getränk. Im Faſten wurden die Propheten gezeugt, es verleiht vollkommene Kraft und Stärke. Das Faſten bildet weiſe Geſetzgeber, iſt der Seele die beßte Schutzwehr, dem Leibe ein ſicherer Gefährte,

Digitized by Google

dem Manne Waffe und Panzer, den Fechtern und Ringern eine treffliche Uebung. Ueberdieß vertreibt es auch die Verſuchungen, verhilft zur Gottſeligkeit, hat die Nüchternheit zur Begleiterinn, befördert die Mäßigkeit, verſchafft im Kriege Muth und Tapferkeit, lehrt im Frieden Ruhe halten: es heiligt den Einſamen, macht den Prieſter vollkommen." Ich rede ein weiſes Wort: Wenn die Welt wüßte, welche Kraft der Mäßigkeit und dem Faſten inwohne, ſo bedürfte man keiner Gebothe hiezu. Auch hat der Papſt Leo ganz richtig geſagt: „Was kann kräftiger ſeyn, als das Faſten, denn halten wir dieſes, ſo nähern wir uns Gott und widerſtehen dem Teufel. Das Faſten hat jederzeit der Tugend zur Nahrung und Pflege gedient. Endlich iſt die Mäßigkeit die Quelle keuſcher Gedanken, giebt vernünftigen Sinn, heilſame Rathſchläge; das Fleiſch ſtirbt den Lüſten durch freiwillige Abtödtung ab, der Geiſt aber erneuert ſich zur Ausübung der Tugenden. —

Das Faſten gefällt Gott ſo ſehr, daß ihm auch ſogar der Schatten des Faſtens an den kleinen Kindern und ſelbſt an den Thieren angenehm iſt: Die Stadt Ninive hat nicht nur den Kindern in der Wiege, ſondern auch dem Vieh an den Krippen zu faſten befohlen, um hiedurch Gott zu verſöhnen (Jonas III). Wenn nun ſchon dieß Schein-Faſten ſündentilgend war, wie viel wird das wirkliche Faſten vermögen? Ambroſius, der das Faſten bei jeder Gelegenheit ſo überaus anrühmt und preist, ſagt: „Wer hat ſeinem Haus-

weſen durch Faſten geſchadet? wer hat dadurch ſein Vermögen verringert? wem iſt nicht die Unmäßigkeit verdächtig? wer achtet nicht die Mäßigkeit? wer kann klagen, daß ſie je an der Verletzung der ehelichen Treue Urſache geweſen? Hat aber dagegen nicht unzählige Male die Trunkenheit und das Uebermaaß ſchwere Sünden wider die Ehrbarkeit begangen? Das Faſten iſt eine vortreffliche Schule der Gottſeligkeit, eine Lehrerinn der Keuſchheit, demüthiget den Geiſt, züchtiget das Fleiſch, iſt ein Bild der Nüchternheit, eine Richtſchnur der Tugend, reiniget die Seele, iſt eine Einnahme der Wohlthätigkeit, macht ſanftmüthig, weckt und pflegt die Liebe, mehrt die Gnaden im Alter und ſchützt vor vielem Böſen die Jugend. Faſten iſt ein gutes Zehrgeld auf der Reiſe, und im Leben immer gut zu brauchen. Die ſagen das Faſten ſey ſo beſchwerlich, frage ich, ob einmal Jemand an dem Faſten geſtorben ſey? Viele haben bei der Tafel, nicht wenige, indem ſie die Speiſe wieder von ſich gaben, ihre Seele ausgehaucht. Und endlich, welches Thier hat jemals Urſache gehabt zu klagen, daß es durch Faſten in den Tod gegangen? In der Speiſe ſteckt der Angel verborgen, Speiſe führt in die Grube, in das Garn und zum Tode. Speiſe fängt auch die Vögel mit dem Leim, und liefert ſie in die Arme des Todes. Faſten bewahrt die Nüchternheit des Sinnes, erhält die Kräfte thätig, ertheilt weiſe Rathſchläge. Faſten macht wohlhabend, auf den Ueberfluß folgt Mangel. Faſten liebt die Ruhe, Ueberfluß aber die Unruhe.

Digitized by Google

Das muß ein Koch ſeyn, der einzukaufen hat, welcher ſchon vor Tagesanbruch an einer fremden Thüre klopft, und Alles aus dem Schlafe weckt, als wäre der Feind da. Er iſt beſtürzt, außer Athem, und fragſt du ihn, warum er denn ſo unruhig ſey ſchon am am früheſten Morgen? ſo antwortet er, mein Herr läßt fragen, wo der beßte Wein, der mildeſte Nierenbraten, der fetteſte Faſan, der friſcheſte Fiſch einzukaufen ſey? Um ſo viel hat ſich ein Bauchmenſch zu bekümmern; wer faſtet iſt ruhig und hat wenig Sorge.“ Daher ſagt derſelbe Ambroſius: „Was kann es für uns noch für ein Heil, was für eine Seligkeit geben, wenn wir uns von den Sünden nicht durch Faſten reinigen, da die Schrift ſagt: Faſten und Almoſen befreien von der Sünde? Was iſt denn von jenen neuen Lehrern zu halten, die dem Faſten Werth und Verdienſt abſprechen?“

§. 3.

Der heilige Athanaſius mahnt ſehr ernſtlich zur Vorſicht: „Wenn einige kommen und zu dir ſagen, du ſollſt nicht viel faſten, damit du dich nicht ſelbſt ſchwächeſt, ſo glaube ihnen nicht und leihe ihnen kein Gehör; denn der böſe Feind bläst dir dieſes durch ſie ein. Und nachdem er aus der hl. Schrift die Zeugniſſe dafür anzieht, fügt er hinzu: Siehſt du, was das Faſten vermag? Es heilt die Krankheiten, trocknet die Flüſſigkeiten des Leibes, vertreibt die böſen Geiſter, verjagt die böſen Gedanken, hellet den Geiſt auf,

Digitized by Google

macht das Herz rein, den Leib heilig und führt endlich den Menſchen zum Throne Gottes. Glaube nicht, daß ich hier unbeſonnen und unüberlegt rede, du haſt ein Zeugniß hiefür im Evangelium, das der Herr ſelbſt gegeben. Denn als die Jünger gefragt hatten, wie denn die unreinen Geiſter ausgetrieben würden, antwortete Er: „Dieſe Art Dämonen wird nicht anders ausgetrieben, als durch Faſten uud Beten“ (Mth. 17. 20). Wer immer alſo von einem unreinen Geiſte geplagt wird, der brauche das Faſten als Arznei, und alſobald wird der böſe Geiſt überwältigt weichen, fürchtend die Gewalt des Faſtens. Denn die Teufel haben eine unerhört große Luſt an Völlerei und Trunkenheit und Gemächlichkeit des Leibes.“ Im Faſten liegt eine große Kraft.

Chryſoſtomus wundert ſich mit Recht darüber, daß ſo viele ſich vor dem Faſten, wie vor einem wilden Ungeheuer fürchten. Denn wenn die Zeit der 40tägigen Faſten nahet, ſind ſie in Bangigkeit und Beſorgniß als ob ein Todfeind auf ſie anrückte. Darum verwahren ſie ihren Bauch, ſpicken den Magen, halten Gaſtereien, machen tüchtige Zechen und ihre ganze Sorge geht nur dahin, recht viel Speiſe und Trank zu ſich zu nehmen und in ſich zu begraben, um wo möglich keinen Hunger und keine Beſchwerde des Faſtens bis auf Oſtern leiden zu dürfen; wie eine Stadt, die ſich bei der bevorſtehenden Belagerung durch den Feind verproviantirt. Ganz anders machten es die viel frömmern erſten Chriſten. Denn es bezeugt der ſelige

Digitized by Google

Maximus, daß man ſich durch Faſten und Beten auf die 40tägige Faſtenzeit vorbereitete, um den Magen ſchon in etwas daran zu gewöhnen, ehe die Faſten recht angienge. Einige haben es im Brauch, daß ſie die 40tägige Faſten mit einem noch gottſeligeren Faſten ſchon anticipiren. Warum fürchteſt du alſo o Chriſt, was nicht nur nicht furchtbar, ſondern jedenfalls zu wünſchen iſt? Was fürchteſt du was heilſam iſt und fürchteſt nicht, was zum äußerſten Verderben gereicht?

Ambroſius ſagt, um die ſehr ſchaalen Entſchuldigungen womit ſich ſo viele Menſchen vom Faſten losſprechen, zu wiederlegen, und die Furcht vor dem Faſten zu benehmen: „So ſuchen Leute, deren Gedanken immer beim Eſſen und Trinken ſind eine Veranlaſſung ſich rechtfertigen zu können, indem ſelbſt die vom Schöpfer angeordneten Jahreszeiten ihnen hiezu dienen müſſen. Sie können im Sommer den Durſt, im Winter den Hunger nicht ertragen. Die Kälte iſt beſchwerlich, ſagen ſie, wir müſſen mit Speiſe uns erwärmen.“ Andere entſchuldigen ſich mit ihren ſchwachen Kräften, ihrem blöden Magen, Kopfleiden, Mangel des Schlafes und Schwindel. Wieder andere beſchönigen ihre Unenthaltſamkeit mit andern ſcheinbaren Vorwendungen. Sie wenden ſich nach allen Seiten, um dem Geſetze des Faſtens nicht unterworfen zu ſeyn. Faſten fürchten ſie wie einen Todfeind.

Wie widerſetzen ſich aber die Natur und geſunde Vernunft dem Faſten und der Mäßigkeit ſo gar nicht?

Digitized by Google

Annaeus Seneca ſchreibt nach dem Ausſpruche der Natur und Vernunft: „Was die Natur fordert, iſt leicht zu bekommen und koſtet wenig Mühe; denn was man braucht, iſt hinreichend zu haben; man arbeitet und ſchwitzt nur deßhalb, um Ueberfluß zu bekommen. Wie wenig braucht die Natur! Sie begnügt ſich mit wenigem.“ Seneca hat aber die Mäßigkeit nicht nur gelobt, er war auch ſelbſt ein großer Freund und treuer Schüler derſelben. „Da Attalus angefangen hatte, ſagt derſelbe, die Armuth zu rühmen und zu beweiſen, daß Alles, was über den Bedarf und die Nothdurft wäre, eine überflüßige Beſchwerde, und für einen Wanderer eine ſchwere Laſt ſeyn müßte; da er anfing unſere Genußſucht zu tadeln und die Nüchternheit, ein ſparſames Mahl und einen enthaltſamen Sinn zu loben, der ſich nicht nur unerlaubte, ſondern auch unnöthige Vergnügungen verſagte; gefiel es mir meinem Mund und Magen, meiner Küche und Tafel gewiſſe Schranken zu ſetzen. Darum ſchaffe ich die Auſtern, Champignon und edlen Pilze für die noch übrige Zeit meines Lebens ab. Denn dieſes ſind nicht Speiſen, ſondern Leckerbiſſen und Luſtſpeiſen, um jene, die ſchon ſatt ſind, zu zwingen, noch mehr zu eſſen. Den Schlemmern iſt dieß ganz lieb und ſie genießen davon mehr, als ſie verdauen können, weßhalb ſie es ebenſo leicht wieder von ſich geben. Daher werde ich für mein ganzes künftiges Leben mich auch keiner Salben bedienen; denn der beſte Geruch des Leibes iſt, wenn er gar nicht riecht. Mein Magen muß nun des

Weines entbehren, und die Badſtuben will ich meiden." Dieſe Mäßigkeit des Seneca, der ſich nicht nur von koſtbaren Leckerbiſſen, ſondern auch vom Weine enthielt, zeigt von einem bewunderungswürdigen Sieg über ſich ſelbſt.

Epictetus, ein guter Rathgeber in Beherrſchung der ſinnlichen Lüſte ſpricht: Wenn in deiner Phantaſie das Bild einer ſinnlichen Luſt aufſteigt und dein Gemüth ergreiſt, dann habe Acht und ſorge dafür, daß du deßhalb nicht unruhig und verwirrt werdeſt. Ueberlege ruhig und denke nach. Vergegenwärtige dir beides, den Genuß der ſinnlichen Luſt und den Schmerz und die Reue, die er dir verurſacht, und vergleiche damit die Freude und den inneren Frieden, den dir die Enthaltſamkeit bringt. Iſt es dann daran, dich zu entſcheiden, ſo laß dich von der Lüſternheit nicht überwinden, durch freundliche Lockungen nicht bethören, ſondern erwäge, wie weit herrlicher das Bewußtſeyn eines ſolchen Sieges ſey. In der Bezähmung des Gaumens liegt der Hauptſieg über die Laſter allzumal. Es genüge, dieſes Eingangs nur berührt zu haben.

II. Kapitel.

Das Faſten beſiegt die Schalkheit des Fleiſches.

Evagrius ging, wie Nicephorus berichtet, um die Mittagszeit zu dem Mönch Macarius, um ihn zu beſuchen. Da er müde und durſtig war, bat er um

Digitized by Google

einen Trunk friſchen Waſſers. Dieſem erwiderte Macarius mit Sanftmuth: „Mein Sohn, ſey zufrieden mit dieſem Schatten; denn viele Wanderer in der Wüſte und Schiffer auf dem Meere haben ihn jetzt nicht.“ Evagrius, ein Mann von ſanftem Gemüth, ſchwieg beſcheiden und fing an von der Mäßigkeit zu ſprechen. Dem antwortete Macarius: „Faſſe Muth mein Sohn und ſey getroſt, ich habe nun ſchon volle zwanzig Jahre weder Brod, noch Waſſer, noch Schlaf mir bis zur Sättigung gegönnt. Das Brod nämlich habe ich nach einem geringen Gewichte mir gewogen, das Waſſer aus einem Krüglein in der beſtimmten geringen Quantität getrunken, und wenn ich wegen Mattigkeit ſchlafen mußte, ſo lehnte ich mich an die Wand hin und erſchlich mir gleichſam einigen Schlaf. Dieß iſt meine Lebensweiſe.“

Führwahr dieſer Mann, der ſeinen Leib ganz ſtiefmütterlich behandelte, wußte wohl, was ihn auch die untrügliche Lehrmeiſterin, die Erfahrung gelehrt: Je nachſichtiger man den Leib behandelt, deſto ſchalkhafter wird er, daher man ſich durch Güte an dieſem unbändigen Thiere verſündiget. Das iſt der einſtimmige Ausſpruch aller Weiſen, daß das Fleiſch durch Nachſicht und Schmeicheln gränzenlos ungeſtümm werde. Es gleicht einem Roß ohne Zügel und Zaum, das ſich durch Güte nicht bändigen läßt. Willſt du das Fleiſch zum Gehorſame bringen, ſo hüte dich, daß du nicht zärtlich mit ihm umgehſt, man muß es immerdar ſtrenge behandeln, ſonſt ſchlägt dieß wilde Pferd aus

und ſtürzt den Herrn. Der Abt Daniel pflegte zu ſagen, je mehr man den Leib nährt und mäſtet, deſto träger wird der Geiſt. Je mehr man den Leib pflegt, deſto muthwilliger wird er und deſto mehr ſtreitet er wider den Geiſt. Dieß wilde, unvernünftige Thier kann man durch Güte nicht zähmen. Darin ſtimmen alle Heiligen überein, daß man durch unabläßige Zucht die Herrſchaft über den Leib und deſſen ſinnliche Gelüſte behaupten ſoll. Die Propheten, die Apoſtel, ja Chriſtus ſelbſt hat dieſes in Wort und That gelehrt, es muß daher auch ein Freund und Jünger Chriſti mit Paulus überlaut ausrufen: „Ich züchtige meinen Leib und bringe ihn unter die Dienſtbarkeit des Geiſtes.“ (I. Cor. 9. 27.) Wir wollen nun zeigen, daß man den Leib ſtets beſchränken und abtödten ſolle, und zwar wird die erſte Urſache, die uns zum Faſten beſtimmt, zuerſt ihre Erklärung finden. Von den übrigen dann ſpäter, zu ſeiner Zeit in eigenen Kapiteln.

§. 1.

Vernunft und Erfahrung bezeugen es, daß der Nußbaum durch viele Steinwürfe fruchtbarer, der faule Eſel durch den Stock emſiger, der Stockfiſch unter dem Schlegel weicher, das träge Pferd durch den Sporn eilfertiger, der muthwillige Knabe durch die Ruthe züchtiger und folgſamer, der pflichtvergeſſene Diener durch Schläge und Backenſtreiche aufmerkſamer wird, daß aufrühreriſche und verwegene Sklaven in Ketten und Gefängniſſen gedemüthiget, und

Digitized by Google

die Moskowitiſchen Weiber durch die Peitſche und Schläge miteinander verſöhnt werden. Ebenſo iſt das muthwillige Fleiſch wie ein Nußbaum oder Eſel, ein ungezäumtes und choleriſches Pferd, ein widerſpenſtiger Sklave und fauler Knecht, und bedarf des Zaumes, des Spornes und Stockes. Salomon ermahnt: „Wer ſeinen Knecht von Jugend auf zärtlich aufzieht, wird ihn hernach frech und unbändig finden.“ (Prov. 29. 21. Eccli. 33. 25.) Hiemit ſtimmt Syrach überein: „Futter, Stockſchläge und Laſt gib dem Eſel; Brod, Strafe und Arbeit dem Knechte.“ Nun iſt aber der Leib der Knecht der Vernunft, es gebührt ihm alſo geringe und nicht viele Koſt, Strafe und Arbeit. Annaeus Seneka hat fürwahr chriſtliche Weisheit bewährt, wenn er ſehr gottſelig ſpricht: Suche deine Lebensweiſe ſo einzurichten, daß du dem Leibe nur ſo viel geſtatteſt, als zur Erhaltung der Geſundheit nothwendig iſt. Man muß ihn etwas hart halten, damit er ſich dem Geiſte williger unterwerfe: Die Speiſe ſoll den Hunger ſtillen, der Trank den Durſt löſchen, das Kleid vor Kälte bewahren, das Haus vor dem, was uns feindlich und gefährlich iſt, ſchützen. Der hat vielen Herren zu dienen, der dem Leib dient, für ihn zu viel ſorgt, alles auf ihn verwendet. Die zu große Liebe und Sorgfalt gegen ihn macht unruhig, erfüllt mit Furcht und Sorgen, und unterwirft uns einer ſchmählichen Knechtſchaft. Wir müßen nicht ſo leben als ob wir nur für den Leib zu ſorgen hätten, ſondern weil wir ohne ihn nicht ſeyn können, müßen

Digitized by Google

wir ihn erhalten. Dem muß Tugend und Heiligkeit ziemlich wohlfeil ſeyn, welchem ſein Leib ſo theuer iſt. Denn wer iſt ſo rein von böſen Neigungen, daß er durch zu viele Nachſicht gegen ihn nicht ſündige? Der ſonſt ſo berühmte Homer war hierin doch auch zu wenig weiſe. Der Geiſt iſt zwar willig, aber das Fleiſch iſt ſchwach (Math. 26. 41.). Und nicht nur dieß, es iſt zugleich auch falſch und tückiſch genug, auch den Allerfrömmſten zu hintergehen und anzuführen.

Das Fleiſch iſt der vornehmſte und gewaltigſte Feind des Menſchen. Kein Teufel kann ihm ſolchen Schaden zufügen, als das eigene Fleiſch. Ein bos- hafter Verleumder kann mir alle Ehre nehmen, aber es bleibt mir doch noch viel. Wenn mir Jemand all mein Geld nimmt, ſo läßt er mir doch noch viel übrig: Wer uns das Leben nimmt, der hätte uns aber, wie man gemeiniglich glaubt, Alles genommen; dem iſt jedoch nicht ſo, die ewigen, unermeßlichen Schätze könnte er uns doch nicht entreißen; denn das ewige Leben, die himmliſche Seligkeit kann uns Niemand wider Willen rauben. Gott ſelber wollte Niemand von der ewigen Seligkeit des Himmels ausſchließen, es ſey denn, man wollte ſelbſt daran keinen Antheil nehmen. Das Fleiſch aber raubt unzählig Vielen die Seligkeit, den Himmel und die Ewigkeit. Wie geht das zu? Es geſchieht durch Liebkoſen und Betrug.

Digitized by Google

§ 2.

Die Philiſter hätten den Samſon nie in ihre Gewalt bekommen, wenn ſie ſich nicht hiezu der Dalila bedient hätten; ebenſo könnte auch der Teufel ſehr viele Menſchen nicht zu großen Sünden verleiten, wenn er nicht das Fleiſch zu Hilfe nähme. Dieſes iſt des böſen Geiſtes übelrathende Kupplerin. Die Vernunft und das Gewiſſen merken beinahe ſchon auf den erſten Blick, was unrecht und Sünde iſt, und ſagen: Dieß iſt böſe, dieß iſt nicht erlaubt, dieß iſt wider Gottes Gebot. Aber das äußerſt ſchalkhafte Fleiſch ſpricht: Was fürchten wir uns vor einem Schatten? Wir wollen es verſuchen. Man kann ja für die Sünde wieder Buße thun, es bedarf nur eines einzigen Seufzers, nur eines reumüthigen: „Ich habe geſündiget,“ ſo wäſcheſt du alle Sünden ab, und biſt rein. Durch ſolche boshafte Vorſtellungen reißt das Fleiſch, dieſes unſer Todfeind die göttliche Gnade, den himmliſchen Lohn, die Schätze der Ewigkeit mit ſich fort. Und wir wollten einem ſo großen Feind ſtets willfährig und dienſtfertig uns bezeigen? Paulus von Tarſus ſpricht von dem jüngſten Gerichte alſo: „Wir müßen Alle offenbar werden vor dem Richterſtuhle Chriſti, damit ein Jeder empfange, je nachdem er an ſeinem Leibe gehandelt hat, es ſey gut oder böſe“ (2. Cor. 5. 10.). Warum nennt Paulus den Knecht und übergeht den Herrn? Warum ſagt er an ſeinem Leibe und nicht an ſeiner Seele? Die Urſache iſt klar: wenn der Leib nicht folgen will, ſo iſt es um den Geiſt ge-

Digitized by Google

ſchehen; die tückiſche Hinterliſt des Fleiſches vereitelt auch die beßten Vorſätze der Seele. Man pflegt manchmal zu fragen: Woher kommt es, daß dieſer Mann, der ſonſt nicht verſchwenderiſch iſt, doch ſo viele Schulden und mit ſo großer Armuth zu kämpfen hat? Er bekleidet doch ein einträgliches Amt, ſeine Beſoldung iſt nicht ſo ſchlecht, wie kommt's, daß er faſt betteln geht? Die Antwort darauf iſt gemeiniglich dieſe: Er hat ein Weib, das alles durchbringt, durch Hoffart und Putz, durch heimliche Gaſtereien und Leckerbiſſen. O du armer Mann, du vornehmer Bettler! Du biſt ein unglücklicher Menſch, und nicht ſo faſt durch deine eigene, als durch deines Weibes Schuld ſo hinabgekommen. Ebenſo beſteht auch eine unglückliche Ehe zwiſchen dem Geiſte und Fleiſche. Der Geiſt möchte gerne etwas erſparen, das Fleiſch will nicht und ſcheut Mühe nnd Anſtrengung, Mangel und Entbehrung mehr, als einen biſſigen Hund, eine giftige Schlange; iſt dem Müßiggange und der Vergnügensſucht ſtets ergeben und trachtet nur nach Ueberfluß und Wohlleben, wie ein übermüthiges Weib. Durch dieſes Verhältniß zum Fleiſche wird der Geiſt verdorben, und durch das boshafte Fleiſch wider ſeine Art boshaft. Darum ſchreibt Paulus: „Auf daß ein Jeder empfange, was des Leibes Eigen iſt, was er gethan. Die Beſtrebungen des Fleiſches ſind aber: die Arbeit fliehen, Angenehmes ſuchen, vorwitzig ſeyn, gut und viel eſſen und trinken, in Spiel und Unterhaltungen ſich ergötzen, lange ſchlafen, ſich ſelbſt recht wohl und

gütlich thun. Das ſind die Eigenheiten des Fleiſches, die auch den Geiſt zum Böſen hinziehen und darum uns gefährlicher, als der Teufel ſelbſt ſind. Und wir ſchonen noch dieſen Todfeind? Wir unterhalten ihn und pflegen noch ſeiner? Sollen wir nicht in gerechten Zorn wider ihn entbrennen? Die Knechtſchaft des Fleiſches iſt die ſchmählichſte und gefährlichſte.

§. 3.

In den prieſterlichen Tagzeiten rühmt die Kirche die wahren Freunde Chriſti mit dem Vers im Hymnus:

„Frei hat er ſeinen Herrn bekannt,
Der Feind vor ihm im Staub ſich wand,
Vor dem er nirgends Ruhe fand.

Wer iſt dieſer Feind, vor dem er nirgends Ruhe fand, der ihn überall begleitete? Es iſt gerade ſo, als wenn man ſagte, der Philoſoph Ariſtoteles von Stagira, der Apoſtel Paulus von Tarſus, der Schriftgelehrte Gregor von Nazianz, der erſte unter den alten Theologen, womit man Thomas von Aquino meinte. So nennt die Kirche das Fleiſch den mächtigſten und gefährlichſten Feind. Dieſem geſellt ſich der Teufel als Begleiter bei und verläßt es nie. In tauſend Kämpfen und Angriffen würden wir Sieger ſeyn, wenn nicht das Fleiſch den Verräther ſpielte. Und ſo wie wir uns leicht vor auswärtigen Dieben verwahren und verſichern, den einheimiſchen aber nicht immer auf die Spur kommen und ihnen ihr verbrecheriſches Handwerk wehren können, ſo ſind auch die

Digitized by Google

zwei offenbaren und entſchiedenen Feinde der Seele, Welt und Teufel nicht ſchwer abzutreiben; aber der Nachſtellungen des innern und heimlichen Feindes, des Fleiſches immer gewahr zu werden, ihnen auszuweichen und ſie zu überwinden, wem wird dieß gelingen? Das Fleiſch iſt ein überaus gefährlicher und ſchlimmer einheimiſcher Dieb. Wenn der Feind eine Stadt belagert, ſo kann er oft ein, ja zwei, drei, neun oder zehn Jahre durch die Einigkeit und vereinte Kraft und Tapferkeit der Bewohner von der Eroberung abgehalten werden; wenn aber ein innerer Feind, ein Verräther aus der Zahl der Bürger ſelbſt ſich findet, dann iſt es um die Stadt geſchehen; ebenſo iſt es einem herzhaften Menſchen ein leichtes, die Lockungen der Welt zu verachten, die Verſuchungen des Teufels zurückzuweiſen, aber die Reize des lüſternen Fleiſches, dieſen Feind zu überwinden und ihm ſeine liſtigen Waffen, womit er uns angreift, zu nehmen, das koſtet Mühe, das koſtet Arbeit. Daher das beſondere Lob:

Der Feind vor ihm im Staub ſich wand.
Aber auf welche Weiſe, mit welcher Kriegsliſt?
Hell leuchtet' er an Tugenden, an Glaube,
Bekannte frei dich, Gottesſohn!
Er kreuzigte ſein eigen Fleiſch im Staube,
Und jetzt genießt er deinen Lohn.

Dieſer Feind wird vorzüglich durch Mäßigkeit und Faſten entkräftet: je mehr das Fleiſch geſchwächt wird, deſto kräftiger und ſtärker wird der Geiſt. Da-

Digitized by Google

her jene Worte des Paulus: „Wenn ich ſchwach bin, bin ich ſtark“ (II. Cor. 12. 10.). Denn je mehr der Leib durch Faſten abgezehrt wird, deſto höher ſchwingt ſich der Geiſt empor. Wenn wir ſchwach werden, ſind wir ſtark, wenn wir zu erliegen ſcheinen, werden wir erhoben, wenn die Kräfte uns ſchwinden, nehmen wir zu.

„Jakob rang mit dem Engel, der gleichſam ihm, dem Stärkern weichen wollte, und er rührte das Gelenk ſeiner Hüfte an, da verrenkte es ſich alſogleich“ (Gen. 32, 25.). Der Patriarch Jakob hat zwar den Sieg über den Engel erhalten, aber er hinkte doch an einem Fuße. Den Engel hat er überwunden; denn der Engel ſagt ſelbſt zu ihm: „Da du wider Gott ſtark geweſen biſt, um wie vielmehr wirſt du gegen die Menſchen Sieger ſeyn?“ (V. 28.) Jakob begehrte den Segen und erhielt ihn auch, dadurch hat er den Engel überwunden. Aber du möchteſt fragen: Wie kann man ſagen, er habe überwunden, da er doch an einem Gliede lahm geworden? Darin beſteht der größte Sieg, daß das Fleiſch unterworfen und vernichtet werde. Dann haben wir überwunden, wenn wir dem Fleiſche nach auch geſchwächt des Segens theilhaftig werden. Die Sache will ich erklären.

§. 4.

Der Herr Jeſus hat vierzig Tage und eben ſo viele Nächte in ſtrengem Faſten zugebracht. Lieber, wozu eine ſolche Vorbereitung, ein ſo langes und

Digitized by Google

ernſtliches Faſten? Er ſollte mit dem Teufel dreimal in's Treffen gehen. Hätte er denn ohne Faſten nicht überwinden können? Ambroſius antwortet anſtatt meiner: „Schaue auf die Waffen Chriſti, womit er für dich und nicht für ſich überwunden (Ambroſ. V. Theil IV. Buch über Lukas). Sehet ihr wie ſchätzenswerth das Faſten, wie viele und große Gnaden es uns verſchaffe, in ſchweren Seelenkrankheiten die vortrefflichſte Arznei biete, wie es denjenigen, der es übt, heilige und den Sünder, für den er es übt, reinige. Das iſt in der That wunderbar, Chriſtus faſtet und uns kömmt es zu gut. Darum meine Brüder, laſſet uns die Waffen der Mäßigkeit nicht weglegen, ſondern die 40 tägige Faſten ohne Unterbrechung halten; denn dieß iſt die Zahl, die zum Siege führt. Nach vierzigtägigem Faſten hat der Herr den Teufel überwunden, nicht als ob er ihn nicht auch vor dem Faſten hätte überwinden können; ſondern um uns zu zeigen, daß wir alsdann den Teufel auch würden überwinden können, wenn wir 40 Tage hindurch durch Faſten über unſere Fleiſcheslust den Sieg würden erlangt haben, und daß, wer dieſe geheiligte Zahl durch Unmäßigkeit entweihen ſollte, als ein ſchwacher und armſeliger Menſch dem hölliſchen Feinde auch leicht unterliegen könnte; denn wie kann derjenige die Bosheit des Teufels überwinden, der die Schalkheit ſeines eigenen Fleiſches nicht zu beherrſchen weiß? Sey daher o Menſch, Sieger deiner ſelbſt, dann magſt du gegen einen Andern mit guter Hoffnung kämpfen. In dei-

Digitized by Google

nem eigenen Buſen trägſt du einen Feind, der dir täglich Kämpfe bereitet. So hat denn Chriſtus durch ſein Faſten gezeigt, daß wir alsdann den böſen Geiſt überwinden werden, wenn wir vorerſt durch Faſten das Fleiſch beſiegt. Wirſt du, lieber Chriſt, nicht zuvor dieſes bezähmen, die ſinnlichen Gelüſte bezwingen, ſo darfſt du dir auch in keinem andern Stücke den Sieg hoffen. Dienſt du dem Leibe, ſo wirſt du auch faſt allen ſeinen Laſtern dienſtbar ſeyn. So lehrt Chriſtus, ſo lehren die Freunde Chriſti, die hl. Schrift, die Weiſen aller Zeiten durch Wort und Beiſpiel, die Vernunft und Erfahrung, daß es keinen gefährlicheren Feind gäbe, als das Fleiſch, und daß wir aller Zierde der Tugend beraubt werden, wenn wir auf dieſen einheimiſchen Dieb nicht auf das Sorgfältigſte Acht haben.

§. 5.

Laßt uns alſo dieſen Feind angreifen und ihn plagen, wo wir nur immer ſeiner gewahr werden. Paulus ſagt (Eph. 5. 25.): „Niemand hat je ſein Fleiſch gehaßt,“ was dem Geſagten nichts benimmt; denn Paulus verſteht daſelbſt das Weib, weil ſie gleichſam des Mannes Fleiſch iſt (Gen. 2. 24.). „Es werden zwei in einem Fleiſche ſeyn.„ — Kein Diener des Leibes ſeyn, iſt die höchſte Weisheit. Willſt du einen heiligen Lebenswandel führen, ſo mache damit den Anfang, daß du dem Fleiſche bald an Speiſe, bald an Trank etwas entzieheſt, den überflüßigen Aufwand zu Kleidern beſchränkeſt, dir am Schlaf Abbruch thuſt

Digitized by Google

und durch allerlei Bußwerke dich kaſteieſt. Hierin zu nachſichtig ſeyn, wäre thörichte Grauſamkeit, hierin grauſam ſeyn, iſt wahre Weisheit. Jeder Freund der Abtödtung ſpreche nur: „Ich plage den, der mich plagt.“

Als der Kaiſer Valentinian bereits dem Tode nahe war, richtete er ſich auf dem Sterbebette noch ein wenig auf, lächelte zum Letztenmale voll heitern Sinnes die Umſtehenden an und ſprach: „Gott hat mir einen einzigen Sieg geſchenkt.“ Welchen mein Lieber? „Ich habe, fährt er fort, den liſtigſten unter allen meinen Feinden überwunden, nämlich mein eigenes Fleiſch.“ In der That nicht nur der glänzendſte, ſondern auch der vortheilhafteſte Sieg! Franziskus Borgias, der ſchon als Herzog von Gandia in die Geſellſchaft Jeſu eingetretten war, behandelte ſeinen Leib nicht als einen Freund, ſondern als den ärgſten Feind; ſehr ſtrenge und übte ihn in jeder Art frommer Grauſamkeit. Als man ihn fragte, warum er wider ſich ſelbſt ſo gar hart und ſtrenge verfahre? ſagte er: Dieſes unbändige Thier ſoll heulen und durch Mangel und Entbehrung ſeine böſe Luſt und die früheren Genüße, die es ſich erlaubte, abbüßen. Ja, wir wollen unſerm Fleiſche befehlen, daß es gehorche und nicht herrſche. Willſt du ewig leben, ſo ſterbe denn das Fleiſch. Es werde durch Armuth in der Kleidung gedemüthiget, in öfterem Faſten geübt, durch Mangel und Hunger gezähmt. „Wenn wir durch den Geiſt die Werke des Fleiſches ertödten werden, ſo werden wir leben,“ und darum

Digitized by Google

das öftere Faſten (Röm. 8. 13.). „Wenn wir ſchwach werden, ſind wir ſtark.“ Die Schalkheit des Fleiſches muß durch oftmaligen Hunger ausgetrieben werden.

Es ſtünde um die Menſchen gut, wenn dieſes Fleiſch, das den inneren und eigentlichen Menſchen umgibt, ſo leicht zur Tugend als zu den Wollüſten ſich hinneigte; dieſen folgt es ohne Mühe von ſelbſt, zu Jener kann es nur durch Gewalt gebracht werden. Je widerſpenſtiger es übrigens iſt, und je mehr es zum Böſen ſich hinneigt, deſto beſſer und weiſer handeln Jene, die es wie einen ſchalkhaften Sklaven durch Arbeit, Hunger und Schläge plagen, um es dem Sittengeſetze zu unterwerfen.

Marcarius von Alexandria trug, weil er einen ſehr ſchweren und ununterbrochenen Krieg wider das Fleiſch zu kämpfen hatte, auf ſeiner Schulter einen Sack voll Sand bis zur völligen Ermüdung. Als man ihn fragte, wozu dieſe vergebliche Arbeit diene? antwortete er, wenn ich dieſen Leib nicht hart behandle, ſetze ich die Seele der größten Gefahr aus.

Bei allen Dienern Gottes war dieß ein Hauptgeſchäft, ſich Abbruch zu thun und auf jede Weiſe das Fleiſch zu plagen (Gal. 5. 17.). „Das Fleiſch gelüſtet wider den Geiſt und den Geiſt wider das Fleiſch und dieſe zwei ſind ſich einander entgegen“ (Jak. 1. 14.). „Ein Jeder aber wird verſucht, indem er durch ſeiue eigene Begierlichkeit gereizt und gelockt wird.“ „Die aber Chriſtus angehören, haben ihr Fleiſch gekreuzigt mit den Lüſten und Begierden“ (Gal. V. 24).

Digitized by Google

Fürwahr kein Giſt kann uns ſo ſehr ſchaden, als der Frieden im Innern. Der Krieg wird ſicher mißlich geführt, wenn die eigenen Leute, welche die Mauern ſchirmen ſollten, die Angreifenden ſind. So hat jene Dalila, die den Samſon hätte beſchützen ſollen, ihn verrathen, da ſie mit liebkoſenden Worten das Geheimniß ihm herauslockte. Ebenſo verdirbt auch das trügeriſche Fleiſch den Geiſt, welchem es doch als Gehilfin beigegeben iſt. Gregor von Nazianz klagt hierüber: „Der Feind iſt mir günſtig und der Freund bereitet mir heimliche Nachſtellungen. Welche Vereinigung und welcher Zwieſpalt! Was ich fürchte, das liebe ich, und was ich liebe, das fürchte ich; ehe ich anfange Krieg zu führen, vergleiche ich mich, und ehe ich Friede mache, werde ich uneins.“ Und ſehr wahr iſt hier der alte Reim:

Nicht mit dir und nicht ohne dich
Mein Leben kann vollführen ich.

Es bekriegt uns aber das Fleiſch mit einem doppelten Arme: nämlich durch die Luſt zum Eſſen überhaupt und durch die Luſt Vieles und Manigfaltiges zu eſſen. Hunger und Entbehrung entwaffnen ihn. Darum wenn das Pferd, nämlich dein Fleiſch ausſchlägt, ſo gib ihm deſto weniger Futter, leg' ihm einen Zaum an.

Digitized by Google

III. Kapitel.

Das Faſten wird durch die Ausſprüche und Beiſpiele weiſer und heiliger Menſchen ſehr empfohlen: die Geſellſchaft Jeſu bedient ſich desſelben als eines bewährten und unfehlbaren Tugendmittels.

Zeno, Biſchof und Martyrer zu Verona, ein eben ſo heiliger als gelehrter Mann, hat im Jahre zweihundert nach Chriſti Geburt unter dem Kaiſer Gallienus viel geſchrieben. Unter ſeine eigentlichen und zuverläßigen Schriften wird ſeine Rede von der Quatember-Faſten gezählt. Sehet, meine Lieben, das Faſten, das man alle Vierteljahre wiederholen ſoll, wird ſchon ſeit ſechzehnhundert Jahren von der Kanzel gepredigt. Laßt uns demnach dasſelbe nicht als eine Neuerung fliehen. Wir führen die eigenen Worte dieſes ſehr heiligen Biſchofs an: „Wenn die kleinen Kinder von den Würmern geplagt werden, bringt man ihnen nicht Zucker, nicht Honig, ſondern einen bittern Trank, vor dem ſie Abſcheu haben, damit die Würmer durch ſolche Bitterkeit getödtet und entfernt werden. Was iſt das Fleiſch anderes, als eine Speiskammer der Würmer? Im Fleiſche wachſen und werden die Sünden lebendig, dieſe lebendigen Würmer tödtet das Faſten, das an ſich ſelbſt etwas bitter iſt; aber das Fleiſch widerſetzt ſich wie ein widerſpenſtiges Kind, und verſchmäht die ſo heilſame Bitterkeit. Doch der Chriſt, wenn er die Herrſchaft nicht verlieren will, gebe nur nicht nach, tödte die Würmer des Fleiſches

durch den Wermuth der Abtödtung nach dem Befehle des heil. Paulus: (Röm. 8. 13.) „Wenn ihr durch den Geiſt die Werke des Fleiſches tödten werdet, ſollt ihr leben.“ Hievon ſind wir ausgegangen und haben als erſten Grund zu faſten die Schalkheit des Fleiſches bezeichnet. Wir fügen nun den anderen bei, die Beiſpiele der Heiligen ſowohl, als anderer kluger und verſtändiger Männer.

§. 1.

Job forſchte ſehr fleißig wie ein Verirrter: „Wo findet man die Weisheit und wo wohnt der Verſtand? Job. 28. 12. Eben als wollte er ſagen: Ich ſuchte ſie bei Tanz und Spiel, und fand ſie nicht, ich ſuchte ſie in Herbergen und Weinhäuſern und fand ſie nicht, ich ſuchte ſie bei Hochzeiten und fand ſie nicht, ich ſuchte ſie bei Gaſtmählern und Gelagen und fand keine Spur von ihr, ich ſuchte ſie in der Kammer bei dem Brett- und Kartenſpiel und fand ſie nicht, ich ſuchte ſie in den Weinkellern bei den vollen Fäßern des köſtlichſten Weines und fand ſie nicht, ich ſuchte an den Höfen und Burgen der Könige, aber habe ſie auch hier nicht finden können: vergebens ſucht' ich ſie auch in den Schlafkammern, in den Häuſern der Rathsherren, aber wehe mir, ich habe dieſe höhere Weisheit auch an dieſem Orte nicht gefunden. Wo ſoll ich endlich hingehen? Der Menſch weiß nicht, wie edel und theuer ſie ſey. Ich habe nur gefundrn, wo man die Weisheit nicht findet, aber wo man ſie findet, das weiß ich noch

nicht. Sie wird nicht gefunden im Lande des Wohllebens, wo man ſo emſig ſeinen Körper pflegt, wo man dem Geſchmacke lebt, wo man ißt und trinkt und ſpielt, wo man in die Wette trinkt, wo man ſich dem Tanze und Müßiggange hingibt, da wird fürwahr die Weisheit nicht gefunden. Es ſuche ſie nur Niemand an dergleichen Orten; denn er wird ſie da nicht finden. Wo die Fülle oder Unmäßigkeit iſt, da iſt die Weisheit nicht. Die Weisheit iſt in der Verborgenheit, innerhalb jener heiligen Mauern, wo man mit Gott redet, wo man weint und auf die Bruſt ſchlägt, wo man faſtet, wo man Almoſen zählt, es auszutheilen. (Eccles. 2. 3.) „Siehe, die Furcht des Herrn iſt Weisheit und vom Böſen abſtehen iſt Klugheit.“ Das hat Salomon ſehr wohl und von ihm alle weiſen und heiligen Männer ganz gut gewußt. Als dieſer König ſah, daß die Weisheit nicht bei Tellern und Bechern, weichen Betten und ſündhaften Freuden und Wollüſten zu finden wäre, ſagte er: Ich beſchloß in meinem Herzen, mir den Wein zu verſagen, damit ſich meine Seele zur Weisheit hinwende und von Thorheit fern bliebe; denn lieber will ich Waſſer trinken und weiſe, als Wein trinken und ein Thor ſeyn.

Ich habe mir hier nicht vorgenommen ein Regiſter von denen zu verfertigen, die nicht aus natürlichen, ſondern aus Beweggründen der Tugend keinen Wein tranken. Aaron und alle Prieſter tranken keinen Wein, wenn ſie in die Stiftshütte gehen ſollten. Gottes Gebot lautet alſo: (Lev. X. 9. 10.) „Wein und

alles, was trunken machen kann, ſollt ihr nicht trinken, du und deine Söhne mit dir, auf daß ihr Verſtand habet zu unterſcheiden.“ So enthielten ſich auch die Nazaräer vom Weine und allem berauſchenden Getränke; auch die Rechabiter, die von Trauben und allem ſtarken Getränke nur auf ihres Vaters Befehl genoſſen.

§. 2.

Johannes der Täufer, in Wahrheit groß vor dem Herrn, ſollte weder Wein noch ſtarkes Getränk trinken. Ebenſo hat der Apoſtel Jakobus ſich nie eines Bades bedient, nie mit Oel geſalbt, nie ſeinen Bart abgeſchoren, kein Fleiſch gegeſſen, keinen Wein noch ſtarkes Getränk getrunken. Daniel, Ananias, Azarias, Miſael wollten lieber aus der Waſſerquelle trinken als von dem königlichen Tafelweine. Der ſelige Fulgentius, Biſchof zu Ruſpen, konnte um keinen Preis dahin gebracht werden, Fleiſch zu eſſen oder Wein zu trinken. Paula, eine Wittwe zu Rom wollte auch in ihrer Krankheit keinen Wein gebrauchen und ließ ſich auch durch die Aerzte nicht dazu zwingen. Der ſelige Emerich, Sohn des hl. Stephan, Königs von Ungarn, der immer ſtrenge faſtete, ſoll nie einen Tropfen Wein gekoſtet haben. Der ſelige Dominikus von Calahora, der Stifter eines ſehr zahlreichen Ordens, hat zehn ganze Jahre hindurch keinen Wein in den Mund gebracht. Und wer wollte die Mühe auf ſich nehmen, ſie alle herzuzählen? Zur Zeit des Hieronymus waren die chriſtlichen Mönche ſo weit vom Weine

Digitized by Google

als von Städten entfernt, weil ſie ſogar in der Krankheit nur kaltes Waſſer brauchten, man hielt es auch für Uebermuth gekochte Speiſen zu nehmen. Ja alle Chriſten pflegten ſich des Weines zu enthalten an den Faſttagen, insbeſondere der Quadrageſima, wie bei Clemens, Origenes, Baſilius, Cyrillus von Jeruſalem, Theodoretus zu ſehen iſt. Sechs Tage in der großen Woche lebten ſie nur von trockenen Speiſen, von Brod, Gemüſe, Salz und bedienten ſich keines andern Getränkes als des Waſſers. Aber die zwei letzten Tage vor Oſtern blieben ſie ganz nüchtern.

Alle dieſe wußten wohl, daß die Weisheit im Lande des Wohllebens nicht zu finden ſey. Darum dachten ſie mit Salomon nicht nur eine Zeit lang ſich des Weines zu enthalten, ſondern ſie haben dieß viele Jahre hindurch, ja bis an ihr Ende gethan. Vor 40 Jahren hat man dieſen Satz auf der Akademie zu Ingolſtadt öffentlich behauptet: „Waſſer trinken iſt am beßten und geſündeſten.“ Ich kenne ſehr viele Männer, gelehrte, vornehme, ſtarke und geſunde Leute, die gar keinen Wein trinken und dabei einer vollkommenen Geſundheit ſich erfreuen. O Wein! Wein! du erſäufeſt und verſchlingeſt die Welt, und nicht ſie dich. Wer ſtets bedacht iſt die Becher zu leeren, der kann kein Freund der Tugend ſeyn, er hätte denn zuvor ſeine böſe Gewohnheit bemeiſtert. Ein dem Trunke ergebener Prieſter und ein Trunkenbold ſind beide laſterhaft. Ein ſolch' immerwährender und bösartiger Durſt hat ſchon unzählig viele in den Abgrund der Laſter geſtürzt.

Digitized by Google

Hätten ſie weniger Durſt gehabt, oder vernünftiger getrunken, wäre ihr Leben in Wahrheit heiliger und länger geweſen. Hier will ich das Laſter der Trunkenheit nicht vor Gericht ziehen; ſie muß vor ein ſchärferes und ſtrengeres Tribunal geladen werden, ſondern ich verdamme nur jene üble Gewohnheit immer mit Wein den Mund zu laben. Unzählige Menſchen werden dadurch Verſchwender oder wirklich laſterhaft. Denn wie ſoll man tiefe Weisheit, Tugend oder wahre Kunſt und Geſchicklichkeit bei einem ſolchen Menſchen finden, der alle edlern Triebe und Fähigkeiten der Natur in ſich durch Trinken zerſtört? — Ein allzeit feuchter Boden bringt unedle Gewächſe, Dornen, Lolch, Fröſche hervor. Ein Menſch, der faſt nie nüchtern iſt, verfällt in Trägheit oder in grobe Laſter. Zu vieles und unmäßiges Trinken macht das Leben nicht nur beſchwerlicher, ſondern verkürzt es auch. Wer dem Bachus ſo viel opfert, wird ſein Fleiſch nicht im Zaume halten können. Willſt du das Fleiſch zum Gehorſame bringen? ſo ſtrafe, kaſteie, bezähme es durch Faſten und halte es nicht für eine Herrſcherin, ſondern für eine Magd. Das Fleiſch lernt die Weisheit anders nicht, denn durch ernſte Behandlung. Gut paßt hieher der Spruch des Caligula: „Solche Streiche mußt du führen, die treffen.“ Der hochſelige Paulus ſchlug nicht in die Luft mit ſeinen Streichen, ſondern er fühlte es, wie er getroffen.

Petrus Damiani, der aus einem Mönche Kardinal und Biſchof zu Oſtia wurde, ſchrieb an einen got-

Digitized by Google

tesfürchtigen Mann einen Brief mit der Ueberſchrift: Petrus der Sünder und unwürdige Mönch, meldet dem hirnwüthigen Mönche Petrus ſeinen Gruß (Petr. Dam. 1. Theil, 6. Buch, 27. Ep.). Dieſer halsſtarrige Geiſtliche hatte die gewöhnliche Disciplin, das Fleiſch zu kreuzigen, verworfen, daher ihm das ſchöne Prädicat beigegeben ward: Petrus der Hirnwüthige, ein ſonderlicher Freund einer guten Haut. Ach wie viele werden hirnwüthig, wenn ſie von Bezwingung des muthwilligen Fleiſches hören! Sie wiſſen um ihre Weichlichkeit zu beſchönigen und zu ihrer Entſchuldigung einige Beiſpiele die eben nicht ohne Gewicht ſind, anzuführen.

§. 3.

Es möge mir nun erlaubt ſeyn hier unſere Societät als die allergeringſte in beſcheidener Weiſe nicht ſo faſt zu loben, als vielmehr gegen manche ungerechte Vorurtheile zu vertheidigen. Vielleicht glaubt Jemand die Geſellſchaft Jeſu verwende nicht viel Fleiß und Mühe darauf das Fleiſch zu bekämpfen und abzutödten. Lieber Freund, wer du auch biſt, wir wollen dieſes fern von allem Vorurtheile und Leidenſchaftlichkeit nur vor dem Altare der Wahrheit, doch ganz kurz und nur ſo im Allgemeinen unterſuchen. Nicht Wenige haben den irrigen Wahn, die Jeſuiten laſſen ſich ganz gut auftragen. Sie leben nicht ſchlecht, ſagt man, haben ein gar nicht übles Ordenskleid und wohnen auch insgemein in geräumigen Häuſern: Wer ſollte ſich nicht

Digitized by Google

gerne in ſolche Vorſchriften fügen? Ich bitte dich geneigter Leſer, wenn du mich und mein aufrichtiges Gemüth kennſt, ſo geſtatte, daß ich dir Alles offenherzig ſage. Ich will unpartheiiſch ſein und nur der Wahrheit das Wort reden.

Es giebt ſehr viele, welche die Vertheidigung unſerer geringſten Societät übernommen, aber von ihrem Wohlleben, von ihren Banketen haben ſie wenig erwähnt. Auch ich würde hier davon gar nichts vorbringen, wenn nicht der Inhalt gegenwärtiger Schrift mich dazu beſtimmte. Ich ehre alle Orden und liebe ſie in dem Herrn Jeſus; ich rühme ihre Mäßigkeit und ihr öfteres Faſten, und rathe auch Andern ſolches nachzuahmen. Aber hier muß ich die ſparſame und nüchterne Lebensweiſe der Societät erzählen, ohne deßhalb die eines Andern auch nur im geringſten zu tadeln.

Erſtlich nun herrſcht in der Societät durchweg der ſtrengſte Gehorſam und erbt ſich von Geſchlecht zu Geſchlecht fort.

Dieß Zeugniß geben ihm auch andere Orden. Niemand wird da verſchont wenn der Gehorſam befiehlt, kein Alter, nicht Geſchicklichkeit, nicht graue Haare befreien von der Pflicht des Gehorſams. Ein einziges Wörtlein kommt von Rom hergeflogen und verſetzt alſobald Denjenigen, an den es gerichtet iſt, von einem Land in das andere. Dieſes iſt ſchon den größten Männern und nicht ſelten begegnet. Ich kenne ſehr Viele, die durch ein einziges Brieflein aus Deutſchland

Digitized by Google

nach Frankreich, Italien, Spanien, in das Königreich China in die äußerſte Inſel Thuile ſind verſchickt worden *). Ferners, wenn du zu ihnen zu Tiſche kommſt, ſo findeſt du ihn einfach und häuslich wie in einem Bürgershauſe. Drei Gerichte, mehr nicht, werden ſowohl Mittags als Abends aufgetragen, und zwar ganz gewöhnliche die leicht zu bekommen ſind. Nur die hohen Feſte erlauben ein viertes. Das Mittagsmahl beginnt gewöhnlich mit der Suppe, dann folgt ein Stück Rindfleiſch, dann Zugemüs von Rüben oder Kraut, wie es gerade die Jahreszeit darbietet. Wird die Suppe als das zweite Gericht aufgetragen, ſo gehen friſche Eier, oder eine Zuſpeiſe von dem was übrig geblieben iſt, vorher, oder ein kleines Stück Hammelfleiſch; darauf folgt dann gleich die Suppe und dann das Rindfleiſch, zum Schluße etwas Käſe, oder Kirſchen, Aepfel, Birnen, je nach der Jahreszeit. Ebenſo bei dem Abendeſſen. Da macht den Anfang eine Suppe oder Salat, darauf folgt ein Stück geſottenes oder gebrattenes Fleiſch und zum Schluß ein friſches oder gedörrtes Obſt, Gerſten oder Brei. An den beiden letzten Tagen der Woche ſchwimmen ſelten Fiſche in den Schüſſeln, wenig ſpringen auf unſern Tiſch, da die köſtlichſten durch die

*) Ich erwähne hier nur der Sendung des h. Franz Xaver nach Indien. Der h. Ignatius ſagte ihm nur: „Franziskus! das iſt deine Provinz, morgen ſchiffeſt du dich dahin ein.“

Ribadeneira.

Regeln durchaus verboten ſind. Das Mittagsmahl beginnt mit einem geriebenen oder gekochten Kürbiß, dann folgen Eier, manchmal Plateiſſen, (Steinbütten, ein Seefiſch,) oder Stockfiſche, endlich Kraut oder Brei. Dieſe Hausmannskoſt wird das ganze Jahr hindurch in allen Kollegien, ſollten ſie auch noch ſo gut mit Vorrath verſehen ſeyn, aufs genaueſte beibehalten. Die Italiener begnügen ſich mit noch Wenigerem, wie es Landesſitte und Gewohnheit des Volkes iſt. Willſt du mir nicht glauben, lieber Leſer, ſo bitte ich dich zu Gaſt: komm nur unverſehens und unerwartet, ſo wirſt du dich ſelbſt überzeugen und dann deinen Augen mehr als meinen Worten glauben.

Drittens befehlen unſere Regeln, daß man am ſechsten Tage in jeder Woche mäßig ſey, da geht es dann ſo ſparſam her, daß, wollte man die Meinungen hören, den meiſten ein eigentliches Faſten lieber wäre, als ein ſolche Mäßigkeit. Denn das Abend-Eſſen ſetzt nur eine einzige Suppe oder Salat und zwar ohne weitere Zubereitung auf, ſo daß man es lieber von ſich weiſen als anſehen möchte. Daher ſagte ein Ordensbruder fein: Fürwahr, der ſelige Ignatius iſt klug geweſen, da er aus Nachſicht befohlen hat an jedem Freitag nicht zu faſten ſondern mäßig zu ſeyn, was doch in der That ſchwerer iſt. — Denn, nach eingenommenem Mittagsmahl, dem keine andere Speiſe beigefügt werden darf, muß man bis um ſieben Uhr Abends warten, wo dann ein ſolches Mahl bereit ſteht, nach welchem man die Hände nicht zu waſchen braucht.

Digitized by Google

Hiezu kommt, daß, obſchon dieſe geringſte Societät auſſer der von der Kirche verordneten Faſten den ihrigen wenig Faſten vorſchreibt, dennoch ſehr viele freiwillig faſten. Denn es wäre für ſolche die täglich fünf Stunden in den Schulen ſich abſchreien, oder mit häuslicher Arbeit ſich abmüden denn doch zu viel verlangt; obgleich es nicht Wenige giebt die alle Samstage des Nachteſſens ſich enthalten und zwar auch Lehrer und Prediger. Es könnten zwar jene wegen der täglichen Anſtrengung in den Schulen, dieſe wegen der Vorbereitung auf den folgenden Tag wo ſie zu predigen haben, von dem Faſtengebote täglich freigeſprochen werden; dennoch faſten ſehr Viele von ihnen aus freiem Willen, ja man findet ſogar ſolche, die aus beſonderem Antriebe täglich im Faſten ſich üben, was ihnen auf Verlangen auch geſtattet wird. Unter den vielen, die alle Tage nur einmal Speiſe zu ſich nahmen, möchte ich Ehren halber den Leonardus Leſſius nennen, einen durch ſeine Schriften bekannten Mann, der täglich nicht zu Mittag, ſondern nur Abends zu eſſen pflegte. Eben dieſes haben viele Andere vor ihm beobachtet, und thun es auch jetzt noch Viele. Unter dieſen will ich auch den Theologen Franziskus Suarez erwähnen, deſſen wir ſpäter noch eigens gedenken werden. —

Du möchteſt einwerfen: die Jeſuiten empfangen und bewirthen ihre Gäſte ſo trefflich und gut. Darauf erwiedere ich einmal, daß ſie in dieſem Stande faſt mehr durch Mangel als Uebertreibung fehlen, weil vornehme Gäſte und Perſonen nicht nach ihrem Stand traktirt

Digitized by Google

werden. Dann ſchmeckt gemeiniglich das Fremde beſſer als das Eigene und was man zu Hauſe verſchmäht, rechnet man anderwärts zu den guten Biſſen. Drittens ſage ich, daß man gewöhnlich den Gäſten zu Ehren alles aufträgt, was das Haus an guter Speiſe und Wein vorräthig hat, und was keiner der Hausgenoſſen auch nicht nur mit der Zungenſpitze verkoſten darf, das glaubt man den Fremden und Gäſten ſchuldig zu ſeyn und trägt es ihnen auf. Wir wiſſen auch wohl, daß wegen dieſer leutſeligen Gaſtfreundſchaft uns oft übel nachgeredet wird.

Ich ſage viertens, daß man hier das von den Alten beſtimmte Maaß und Ziel manchmal überſchreitet, da man zu freigebig iſt oder zu karg im Geben. Wie ſo? Wie es beim Mundſchenke ſteht den beßten Wein aufzutiſchen, ſo hängt es nur von der Gunſt des Koches ab, Jemanden mehr und koſtbarere Biſſen zukommen zu laſſen, als einem Andern. Der Koch will gemeiniglich gelobt ſeyn, darum macht er ein deſto größeres Feuer und bietet all' ſeine Kunſt auf. Doch ſollen die Vorſteher hier Acht haben, daß die Klostergemeine dadurch keinen Schaden leide.

Dem Obigen füge ich noch bei; die Kleidung iſt bei dieſer geringen Societät dieſelbe, welche dem gemeinen, doch würdigen Prieſter jedes Landes geziemt. Unterdeſſen braucht man das Cilicium (härenen Sack) ſehr häufig, uud wer will, täglich. Betten und Schlafkammern ſind ſo beſchaffen, wie es ſich mit der Armuth verträgt. Jedermann iſt erlaubt auf einem Brette zu

ſchlafen, oder anſtatt der Federn auf Stroh zu liegen. Ich kenne ſolche, die ſich nie eines andern Ruhelagers bedienten, auch wird leicht hiezu Erlaubniß gegeben. Auf ſolche Weiſe fehlt es in dieſer Societät an nichts ein ſehr ſtrenges und abgetödtetes Leben zu führen. Täglich faſten, auf Stroh oder Holz ſchlafen, ja gar auf dem Boden, viel wachen, an dem Leibe täglich die Disciplin vornehmen, und andere dergleichen Dinge mag ein jeder nach Belieben. Aber Jenen, die ſich mit vielen wiſſenſchaftlichen Arbeiten und Studieren beſchäftigen und oft auch von ganz verſchiedener Geiſtes- und Körpers-Dispoſition ſind, hat man dieſes nicht ſchlechthin aufbürden können. Dennoch finden ſich ſelbſt unter ihnen ſolche, die durch Faſten, härene Kleider, Geißeln, Wachen und andere ſtrenge Uebungen ihren Körper in tägliche Zucht nehmen. Ich kann aus dieſer Geſellſchaft gelehrte, fromme Männer, manche ſchon über achtzig Jahre alt, aufzählen, die täglich faſten und ſich geißeln.

Der gelehrte Franziskus Suarez, welcher im ſiebenzehnten Jahre ſeines Alters ſich in dieſe geringe Societät begab, hat vierundfünfzig Jahre darin gelebt und ſtarb als ein Greis von ſiebenzig Jahren. Dieſer Mann hat 21 große Bücher geſchrieben über theologiſche Gegenſtände: das Fleiſch durch tägliches Faſten geſchwächt, nur einmal des Tages Speiſe zu ſich genommen, täglich ſeinen Leib gegeißelt und gezüchtigt, und ſo viel gebetet, als wenn er das Studieren vernachläſſigte, und doch wieder ſo viel ſtudiert, als unterließe er das Ge-

bet ganz und gar. Man könnte aber auch andere ſehr gelehrte Männer aus den Theologen der Societät nennen, die ſich täglich gegeißelt haben, was meines Dünkens nie ein Orden befohlen. So ſind denn die härenen Säcke, das Schlafen auf dem Boden, die Disciplin, das Faſten und alle übrigen Tugenden dem Fleiſche abzuſterben, bei der Societät Jeſu üblich und im Gebrauche. Ich übergehe noch andere viel ſtrengere und noch gewöhnlichere Züchtigungen, die noch weit ſchmerzlicher ſind.

Nichts deſto weniger werden wider dieſe geringſte Societät allenthalben liebloſe, bittere Reden geführt, an ſehr vielen Orten werden ſie gar dem Schwarzen zugewieſen und verdammt. Meine Lieben, wer ſeyd denn ihr, die ihr fremde Knechte richtet? Eine ganze Genoſſenſchaft, einen ganzen Orden für ehrlos erklären, iſt keine geringe Sünde. Wir ſtehen (Act. 25. 10) vor dem Richterſtuhle des Kaiſers, da müſſen wir gerichtet werden. Menſchliches Urtheil trügt ſich tauſend- und wieder tauſendmal: das göttliche aber iſt ohne allen Fehler und allein richtig, obſchon es oft ſpät kommt. Wir berufen uns getroſt auf dasſelbe, wir ſtehen vor des allerhöchſten Kaiſers Richterſtuhl. Gewiſſen, faſſe Muth und fürchte nichts; wer ſeine Sache vor dem allerhöchſten Richter gewinnt, dem bringt es keinen Schaden, wenn er ſchon hunderttauſendmal vor den untern Richterſtellen verloren hätte und verurtheilt wäre. Gott iſt Richter.

Aber lieber Leſer, halte es zu gut, daß ich mir

Digitized by Google

hierüber einige Abſchweifungen erlaubt. Wir tretten nun wieder in's Geleiſe ein.

§. 4.

Wer ſein Fleiſch liebt, dem iſt die Züchtigung desſelben verhaßt und er wird mit Recht hören müſſen, wie man auf ihn bezieht jene oben angeführten Worte: Peter dem Hirnwüthigen, der nämlich verwirft, wornach alle Freunde Chriſti, alle Heiligen als einer unumgänglich nothwendigen Arznei mit beiden Händen langten. Wo keine Abdtödtung, da iſt auch keine Tugend. Wir geſtehen zwar, daß die gründliche Heiligkeit eben nicht in der Kreuzigung des Fleiſches, ſondern in Uebung der Liebe und in wahrer Gleichförmigkeit des menſchlichen Willens mit dem göttlichen beſteht; doch iſt fürwahr jenes nothwendig um zu dieſem zu gelangen.

Betrachte nur die ausgezeichnetſten Männer ſowohl des alten als des neuen Bundes. Sehet an den König David, er gibt euch ein vollkommenes Muſter wie man das Fleiſch bezähmen, den Durſt überwinden, ſich ſelbſt Abbruch thun ſoll. Der König David wurde einſt von ſehr großem Durſte gequält, da fiel es ihm ein, daß nahe bei dem Thore von Bethlehem ein Springbrunnen friſchen Waſſers ſich befinde. Daher ſagte er: O wer mir Waſſer gäbe aus der Ciſterne am Thore zu Bethlehem! Alſobald machten ſich drei ſeiner muthvollſten Helden auf, kämpften ſich durch das feindliche Lager und gelangten glücklich zum Brun-

nen; ſie ſchöpften daraus, giengen wieder denſelben Weg zurück und brachten es dem Königе. Der König verwunderte ſich über ein ſo unerhörtes Wageſtück, und obſchon ihn beim Anblicke des Waſſers noch mehr durſtete, überwand er ihn doch ganz heroiſch, trank nicht davon, ſondern goß es auf den Boden hin, Gott es zum Opfer bringend. Wahrhaft eine ſehr rühmliche That!

Ihr Säufer, lernet den Durſt mit Durſt überwinden, da ihr ſo oft nicht ſo faſt trinket den Durſt zu löſchen, als den ſchon gelöſchten neuerdings anzuregen.

Dieſer Enthaltſamkeit des Königs der Hebräer kann auch zur Nachahmung das Tugendbeiſpiel des Königs von Macedonien an die Seite geſetzt werden. Dieſer König, Alexander mit Namen, führte ſein Kriegsheer durch die brennenden Sandwüſten Indiens. Der Mangel an Waſſer war ſo groß, daß man mehr ob der Unmöglichkeit Waſſer zu bekommen verzweifelte, als von der Begierde den Durſt zu löſchen getrieben wurde. Ueber 400 Stadien war nicht einmal ein feuchtes Plätzchen zu finden. Die Hitze des Sommers machte den Sand ganz glühend heiß, und er brannte wie ein angezündeter Torf, der nacheinander dürr und zur Aſche wird. Nach der übermäßigen Hitze verdunkelte eine Finſterniß alles Licht, ſo daß die weite Fläche einem ungeſtümen Meere glich (Curtius im 7. Buch, 9. Kap.). Bei Nacht war es doch noch leichter zu reiſen, weil der Thau und die Nachtfriſche etwas Er-

Digitized by Google

quickung darboten. Wenn aber mit der aufgehenden Sonne die Hitze anfieng, und alle Feuchtigkeit des Körpers vertrocknete, ſo durchbrannte es das Angeſicht und die Eingeweide. Darum fiel ihnen zuerſt der Muth, hernach ermatteten auch die Glieder. Sie wollten ſich nicht lagern und auch nicht weiter gehen. Einige waren von ſolchen die den Weg kannten gewarnt worden, zur Vorſorge Waſſer mitzunehmen, um den Durſt nur ein wenig löſchen zu können. Als bei zunehmender Hitze auch der Durſt wuchs, gab man den Leuten was nur an Wein und Oel vorräthig war, und ſie tranken mit ſolcher Herzensluſt, daß ſie auf die Zukunft ganz vergaßen. Aber ſie wurden, nachdem ſie das Waſſer oder den Wein mit ſolcher Gier getrunken, ſo ſchwerleibig, daß ſie weder die Waffen halten noch einhergehen konnten, und jene ſchienen noch die glücklichſten zu ſeyn, die des Getränkes ganz entbehrt, denn die andern mußten das ſo unmäßig hinabgeſchüttete Waſſer wieder erbrechen. Als nun dem Könige in ſo großer Bedrängniß bange ward, kamen ſeine Freunde zu ihm und baten, er ſollte bedenken, daß ſein heroiſches Gemüth und ſeine Geiſtesgegenwart allein das Heer noch retten könne. Zu gleicher Zeit kamen zwei Soldaten von denen die vorangegangen waren, einen Ort für das Feldlager zn ſuchen, zurück, in ledernen Schläuchen Waſſer tragend, um ihren Söhnen, die ſich beim Zuge befanden damit entgegen zu kommen und vor dem ſchmerzlichſten Tode ſie zu bewahren. Da ſie nun auf den König ſtießen, öffnete der eine ſeinen Waſſerſchlauch,

füllte darauf ein Gefäß an und reichte es dem Könige. Dieſer fragte für wen ſie es gebracht? Unſern Söhnen, war die Antwort. Hier gab der König den vollen Becher wieder zurück, wie er ihn empfangen, mit den Worten: Allein will ich nicht trinken, und ſo wenig kann ich auch nicht unter alle austheilen. Gehet und gebet euern Söhnen, was ihr ihnen gebracht.

Guter Gott, was iſt das für eine bewunderungswürdige Selbſtverläugnung an einem Kriegsmanne, an einem jungen Menſchen, an einem Könige, der noch dazu ein Heide war. Wenn ein Macarius oder Paphnutius ſich ſo Abbruch gethan hätte, wäre es der Ehre ſeines Namens und Berufes wohl angeſtanden, wer wird ſich aber genugſam darüber verwundern können, da ein Soldatenkönig ſolches gethan?

§. 5.

Ich kann nicht umhin, auch dich allerdurchlauchtigſter Kaiſer Rudolf unter die Zahl der Mäßigen aufzunehmen (Aeneas Sylvius im 3. Buch von den Thaten des Kaiſers Alfons und Rudolf). Rudolf, dieſes Namens der erſte, zog mit großer Heeresmacht wider Ottokar, König in Böhmen. Da war der Mangel an Waſſer ſo groß, daß die Soldaten zu Räubern wurden nicht um Gold und andere Koſtbarkeiten zu erbeuten, ſondern um Waſſer und anderes Getränk zu ſtehlen. Auf der Straße wurde ein Bauersmann aufgepackt, der den Schnittern kühles Brunnenwaſſer in einer hölzernen Flaſche zutrug, die alſobald ihm ent-

Digitized by Google

riſſen und unter Frohlocken dem Kaiſer überbracht wurde. Der Kaiſer, der ſehr enthaltſam und Herr über ſich ſelbſt war, ſprach: Gebet dem Manne die Flaſche wieder, und nehmet kein Tröpflein davon. Denn ich habe bisher nie wegen meiner, ſondern um meiner treuen Soldaten willen Durſt gelitten. O du unſterblicher Gott, was iſt das für ein heroiſches Wort. Wer durch ſolche Beweggründe ſeinen Durſt bezwingen kann, wird durch die nämlichen auch den Hunger bezwingen können: wer auf ſolche Weiſe über ſeinen Gaumen herrſcht, der iſt auch Herr über ſein Herz.

Plato, der mit Brod, wenig Oliven und Quellwaſſer ſich begnügte, hat oft, wenn ihn dürſtete einen Eimer Waſſer vom Brunnen herausgezogen und dann ausgegoſſen, und dieß wiederholte er öfters, um ſo Herr über ſich ſelbſt zu werden. Daher iſt er der ſo große, ja göttliche Plato geworden. Wo die Ueberwindung ſeiner ſelbſt mangelt, da mangelt auch jegliche Tugend.

Die Spartaner hielten auf keine Zucht und Lehre mehr, als auf Mäßigkeit und Enthaltſamkeit. Darum plagten ſie auch die jungen Leute, die etwas ſtark und dickleibig waren mit Hunger, um ſie mager zu machen. Fürwahr die Mäßigkeit iſt unter den Tugenden der chriſtlichen Disciplin die alleredelſte.

So dachten auch alle Heiligen, ſie kamen auch jederzeit darin überein; wer den Laſtern widerſtehen wolle, müſſe gegen ſeinen Leib ſtrenge verfahren. Sie ſprachen hierin mit Seneka: „Sey kein zärtlicher Lieb-

haber, ſondern nur ein Verwalter deines Leibes, betrachte ihn als eine nothwendige Laſt und unterwirf dich dem nicht, über den du herrſchen ſollſt. Wer ein Diener ſeines Leibes iſt, hat die Freiheit verloren und dieſe Knechtſchaft iſt dann gar läſtig, drückend, gefährlich.«

So lange der Teufel, dieſer argliſtige Gegner, einen Menſchen der Unmäßigkeit ergeben ſieht, ſo lange hofft er ihn gewiß zu überwinden. Wie man einen hungrigen Hund nicht leicht von der Fleiſchbank abtreiben kann, ſo lange er das Fleiſch vor ſich ſieht: ebenſo macht es der hölliſche Cerberus, ſo lange der Leib wie ein Schlachthaus ganz voll und von verſchiedenen Speiſen wie ein ausgefüllter Wollſack angepropft iſt, hofft er ſich noch Nahrung genug. Daher ſagt Chriſtus: Wer ſein Leben lieb hat, der wird es verlieren (Jo. 12 15). Wem der Leib und dieſes Leben ſo theuer iſt, der achtet geringe die ewige Seligkeit. Wer aber ſein Leben haſſet, der wird es finden. Denn wer, was er immer Fleiſchliches an ſich findet, ſchonungslos mit dem Meſſer der Abtödtung hinwegſchneidet, der wird den Weg zum ewigen Leben finden. Paulus ſagt ſehr ſchön und klar: „Wenn ihr durch den Geiſt die Werke des Fleiſches ertödtet, dann werdet ihr leben. So tödtet denn eure Glieder auf Erden ab.« (Röm. 8, 13 Coloſſ. 3, 5).

Digitized by Google

IV. Kapitel.

Das Faſten iſt die einzige und vorzüglichſte Präſervative der Geſundheit.

Zur Zeit Chriſti goß man ſowohl Wein als Oel nicht in hölzerne oder zinnerne Geſchirre, ſondern in lederne Säcke. Darum ſagt Chriſtus (Mth. IX. 17): „Niemand thut neuen Wein in alte Schläuche, ſonſt zerreißt der Wein die Schläuche und wird verſchüttet. Von dieſem Gleichniß macht Petrus Chryſologus eine Anwendung und nennt die alten Schläuche die Juden, die Chriſten aber neue Schläuche. Gleichwie die ledernen Schläuche von allem Unrath geſäubert und mit wohlriechendem Harze angeſtrichen werden, damit ſich darin der Wein vollkommen erhalte und keinen Schaden leide; ſo werden auch unſere Leiber durch Faſten von allem Unrathe der Fleiſchesſünden gereiniget und zu Schläuchen der göttlichen Kelter umgewandelt, damit ſie an der Kelter des Kreuzes den neuen Wein faſſen, und den Geſchmack desſelben unverſehrt erhalten. Die, welche Chriſti Lehre annehmen, empfangen Ihn, die Juden aber welche ſich nicht bekehren, nicht. Sie, die in Laſtern und böſen Gewohnheiten ergraut und morſch geworden, zerreiſſen wie alte Schläuche, da in ſie der neue Wein des Evangeliums gegoſſen werden ſoll und Er wird ausgeſchüttet. Darum iſt zu bemerken, daß Chriſtus ſeinen Jüngern das Faſten nicht verbieten, ſondern nur mit dem Scheinfaſten es nicht verwechſelt haben wollte. —

Digitized by Google

In Würtemberg und in andern Gegenden brennt man Schwefel in die Fäßer, damit der Wein ſeine Farbe behält, und ohne ſonderlichen Schaden über Land geführt werden könne. Ebenſo ſagt Chryſologus, ſoll man den Leib durch Faſten und Mäßigkeit wie ein Faß wohl auspechen, und ſo vor fleiſchlichen Werken enthalten.

Im vorigen Kapitel haben wir nun gelehrt, daß es nothwendig ſey, den Leib zu züchtigen. Jetzt gehen wir weiter und weiſen deutlich nach, daß es unter allen Arten der Abtödtung keine geeignetere und bequemere Züchtigung des Fleiſches gäbe, als Mäßigkeit und Faſten.

§. 1.

Die verderbte Natur iſt eine gar ſorgſame Mutter und Wärterin ihrer ſelbſt, und ſtets aufs Eifrigſte bedacht in Allem ſich zu ſchonen, und gütlich zu thun. Darum verſäumt ſie nicht leicht ihren Nutzen und ihre Wohlfahrt; was ſie aber für ſchädlich hält, davor verwahrt ſie ſich auf jede Art und ſucht Demſelben auszuweichen. Wenn daher das Gebot dem Leibe Faſten vorſchreibt, ſpricht die für ſich ſo beſorgte Natur: So ſchadet man ja ſeiner Geſundheit, es wird dem Körper die nöthige Nahrung verſagt, der Magen wird geſchwächt, mein Kopf ſchwindlicht, und der Schlaf flieht von mir. Unzählige ſolche Einwürfe und Klagen pflegt die Natur vorzubringen, und wenn dieſe nicht unſere Vorſätze entkräfteten, ſo wäre meines Erachtens ohnehin keine Ermahnung vonnöthen. Weil aber dieſe

Digitized by Google

beängſtigenden Gedanken gemeiniglich uns in Unruhe verſetzen, das Faſten ſchade nur; darum kommt es auch ſo ſchwer an zu faſten und mäßig zu ſeyn. Und die Beſorgniß iſt doch ganz gewiß ungegründet und eitel, daß das Faſteu ſchädlich ſey. Möchte ich hier einen günſtigen Leſer finden, der mir ein geneigtes Ohr leihe.

Ich will die Sache durch die beßten Beweiſe bekräftigen und beleuchten, ja augenſcheinlich zeigen, daß durch Faſten und eine mäßige Lebensweiſe nicht nur dem Geiſte, ſondern auch dem Leib und der Geſundheit ſehr viel genützt werde, wenn nur (was ich ausnehme) das Faſten die Gränzen der Vernunft nicht überſchreitet.

Hier kommt Einiges zu bedenken. Erſtlich, daß Geſundheit und langes Leben der größte Schatz auf Erden ſey, nach welchem alle Menſchen, ja die ganze Welt Verlangen trägt; geſund und lange leben, iſt das erwünſchteſte Gut. Wenn ich der Welt ein Mittel an die Hand gebe, wie man die Geſundheit und das Leben lange erhalten könnte, weiß ich wohl, daß Jedermann mir zuhorchen und meinen Worten Beifall geben wird.

Wenn ich aber weiter zeigen werde, daß in keiner Apotheke weder eine Büchſe noch ein Topf, weder Scherbe noch Schüßel ſey, kein Gefäß von Glas, Kupfer, Zinn, Blech, Silber ſich fände, das Leben und die Geſundheit lange zu erhalten, als Mäßigkeit und Faſten; wenn ich ſagen werde, die Mäßigkeit ſey

Digitized by Google

eine Arznei über alle Arzneien, dann werde ich unzählig viele hören müßen, die aus voller Kehle dawider ſchreien und ſagen werden: Morgen will ich's glauben, aber heute nicht. Hier höre ich den Horatz mir zurufen: Du beſchäftigeſt dich mit einem Gegenſtande, der gefährlich iſt wie ein Glücksſpiel. Ich weiß dieß wohl und kümmert mich nicht viel, doch bitte ich um der Liebe Jeſu willen, höret mich mit Geduld und Aufmerkſamkeit an. Ich darf ſagen, ich kann durch die beßten Gründe auch aus der hl. Schrift leicht beweiſen, daß das Faſten das einzige und vorzüglichſte Hülfsmittel ſey, die Geſundheit zu erhalten, und nicht nur dem Geiſte, ſondern auch dem Körper unbeſchreibliche Vortheile gewähre. Ich beginne nun.

§. 2.

Syrach ermahnt ſehr wohlmeinend: (Syrach. 37. 34.) „Ueberfülle dich nicht mit verſchiedenartigen koſtbaren Speiſen und iß nicht zu gierig;" er ſetzt auch die Urſache gleich bei; „denn viel eſſen macht krank." Ich werde nicht irren, wenn ich ſage, daß jede Woche, ja jeden Tag viele tauſend Menſchen dahin ſterben, die ihr Leben um viele Jahre hätten verlängern können, wenn ſie nicht ſo geſchwind und gierig gegeſſen, wenn ſie, um mit Plautus zu reden, nicht immer die Biſſen halbgekaut verſchluckt hätten. Und dieſes nehmen fürwahr Wenige in Acht, ſondern eſſen in geiziger Haſt und kauen die Speiſe kaum; o treiben ſie es einige Jahre fort und ſterben dann vor der Zeit dahin. Ja,

ein einziges Mittags- oder Nachtmahl, wo man über die Gebühr und ſo eilig die Speiſe verſchluckt, kann die Urſache einer geheimen Krankheit werden, der, wird ſie nicht durch Faſten geheilt, nur der Tod ein Ende macht.

Die Vorſchrift der Aerzte lautet: „Die erſte Verdauung ſoll im Munde geſchehen.“ Philipp Menzel, ein Arzt, der ſtets im höchſt rühmlichen Andenken bleiben wird, hat mir von ſeiner eigenen Perſon bezeugt: Ich zerreibe und zermalme das Fleiſch ſo unter den Zähnen, daß ein Brei daraus wird. Gierig und geſchwind eſſen iſt nicht nur wider den Anſtand, ſondern auch höchſt ſchädlich. Daher kommt ein ſtinkender Athem, Engbrüſtigkeit, unzählig viele Krankheiten und Gebrechlichkeiten des Leibes. So ſey denn nicht gierig beim Tiſche, eine übel gekaute Speiſe iſt hart zu verdauen. Hier ſoll jener alte Spruch des Auguſtus ſeine Anwendung finden: „Eile mit Weile.“ Ein mäßiger Menſch iſt weder gierig noch delikat.

Wiſſet ihr aber, was Syrach im Auge hat, wenn er von ſparſamer Nahrung ſpricht? es war die Rede von Krankheiten und Arzneien. Willſt du, ſagt er, vor Arzneien bewahrt bleiben, ſo fliehe die Krankheiten. Damit du nun von dieſen verſchont bleibeſt, ſo überfülle dich nicht mit allerlei künſtlich zubereiteten Speiſen und gehe von der Mahlzeit hinweg, noch ehe du dich ganz geſättiget haſt; denn viel Eſſen macht krank und ein Nimmerſatt bekommt Unterleibsbeſchwerden. Viele Speiſen, viele Krankheiten, ein wohlbeſetzter

Tiſch, eine ſchlechte Geſundheit, Ueberfüllung und Kränklichkeit dieß gehört zuſammen. Syrach ſpricht noch deutlicher: (Eccli. 37. 34.) „Viele haben ſich zu todt gegeſſen; wer aber mäßig iſt, lebt deſto länger.“ Wo iſt denn einer, der im Schreiben oder Malen oder Graben Meiſter iſt, daß er mir die Worte Syrachs: Wer mäßig iſt, der lebt deſto länger,“ mit goldenen Buchſtaben ſchreibe oder male, ja gar in Demant ſchneide. Jenes alte, gemeine Verslein iſt Jedermann bekannt:

Bezähmſt du deinen böſen Schlund,
So lebſt du lange und geſund.

Es iſt auſſer allem Zweifel, täglich ſterben viele Tauſende dahin, die noch mehrere Jahre gelebt hätten, wenn ſie ihre Mittags- und Abendmahlzeit in etwas beſchränkt und lieber gefaſtet hätten. Wer mäßig lebt, der lebt deſto länger. Wer an Speiſe ſich Abbruch thut, fügt dem Leben etwas bei. Daher das ganz richtige Sprichwort der Italiener: „Wer viel eſſen will, der eſſe wenig.“ Die Sache iſt ſo zu erklären: Wer lange leben und viele Jahre Luſt und Speiſe genießen will, der eſſe bei allen Mahlzeiten wenig. Wer mäſſig lebt, der lebt deſto länger. Dieß iſt der erſte Beweis. Ein Zweiter iſt dieſer: Ein jedes wirkende Ding leidet, indem es wirkt. Die Feile reibt das Eiſen zu, nimmt Viel davon hinweg, verliert aber auch etwas von dem Ihrigen, und wird endlich durch langen Gebrauch ſo dünn und zugefeilt, daß ſie ganz unbrauchbar iſt. So geht auch die Speiſe hinunter

Digitized by Google

in den Magen, die Wärme und der Saft, wie die Aerzte ſagen, die alles zertheilen, nehmen ſie auf, mengen ſie durcheinander und kochen ſie. Aber dieß geſchieht ſo oft, daß dieſe beiden Kräfte der Natur nothwendig in etwas abnehmen müßen. Wenn nun die Speiſe etwas zu ſchwer, zu hart und unverdaulich oder zu viel iſt, muß der Magen gar ſehr leiden. Denn die natürliche Wärme wird wie das Feuer unter grünem Holze erſtickt, jene verzehrende Feuchtigkeit iſt zu ſchwach und kann die angefangene Arbeit nicht vollenden. Daher kommen dann die langwierigen Krankheiten, Flüſſe, Huſten, Grimmen, Fieber und Kopfſchmerzen, ja verſchiedene andere Uebel. Endlich wird der Magen ſo geſchwächt, daß er auch nicht ein weich geſottenes Ei mehr verdauen kann. Und gibt es wohl eine Krankheit, die nicht vom Uebermaaße im Eſſen und Trinken ihren Urſprung hätte? Meiſtens wird dieß die Schuld tragen. Wir Kinder und einfältigen Leute klagen ſehr oft die Luft, das zu viele Studiren und Arbeiten, die Wohnung, die Sorgen und Kümmerniſſe als Urſachen unſerer Krankheiten an: O wir gutmüthigen Thoren! Warum dieß? Was zum Munde eingeht, das ſchwächt die Geſundheit, verkürzt das Leben. Hieronymus Cardanus ſchrieb eben ſo gelehrt als wahr: „Das Leben des Menſchen wird nur durch ſpärliche Nahrung, Uebung und frohen Muth erhalten und gefördert; alles Uebrige iſt eine überflüßige Sache und ſoll uns wenig kümmern.“ Ich ſtelle zwar hier nicht in Abrede, daß auch von der

Digitized by Google

Luft, von zu anſtrengenden Arbeiten und Sorgen Krankheiten entſtehen; es ſchaden aber dieſe Dinge gemeiniglich ſo viel nicht. Galenus ſelbſt geſteht ganz freimüthig, es habe ihm alles Ungemach, als Sonnenhitze, Froſt, Wind, zu viel und anſtrengende Arbeit wenig Schaden zugefügt, weil er im Eſſen und Trinken das rechte Maaß, die gehörige Mäßigkeit beobachtete. Unmäßigkeit hierin iſt die Urſache alles Uebels und ſo ſchwer zu vertilgen wie die hölliſche Schlange Lerna. Wir können uns aber entweder durch die Menge, oder die Beſchaffenheit, oder durch die Art und Weiſe, wie wir die Speiſen zu uns nehmen, verſündigen.

Durch Menge verſündiget ſich, wer mehr Nahrung zu ſich nimmt, als zur Sättigung nothwendig und der Geſundheit zuträglich iſt, der Magen wird dadurch zu viel beſchwert, die Wärme vermindert. Es iſt auch ungemein ſchädlich, wenn man neue Speiſe nimmt, ehe die vorige verdaut iſt.

In der Natur und Beſchaffenheit der Speiſe verſündiget ſich, wer ungeſunde, fette, zu ſauere, grobe, zu harte, zn heiße oder kalte Speiſen genießt; wenn man Schwämme, Champignon's, Gurken und Anderes der Art, was dem Gaumen einen kalten Reiz verurſacht, für gute Biſſen hält.

In der Art und Weiſe des Genuſſes fehlt endlich, wer eine an ſich ſelbſt wohlſchmeckende und geſunde Speiſe nicht gehörig kaut, einen Biſſen über den andern gierig verſchluckt und wie in einen Sack

hineinwirft und hinunterjagt, als fiele einer die Stiege hinab. Eine ſolche Speiſe könnte weder überflüßig, noch ſchädlich ſeyn, wenn ſie nur auf rechte Weiſe genoſſen würde; fehlt es hierin, ſo wird ſie gewöhnlich zu viel und allzeit ſchädlich. Der Kaiſer Antonius, mit dem Beinamen der Fromme, aß, wie Capitolinus bezeugt, beim Nachteſſen zu gierig Käſe, in der Nacht mußte er ihn wieder erbrechen, den folgenden Tag überfiel ihn ein Fieber und den Tag darauf erfolgte ſchon der Tod. Ungemein ſchädlich iſt es, wenn man ſo eifertig ißt. Daher kommen Fäulniß, ſchlechtes Geblüt und ſchädliche Feuchtigkeiten. Und damit iſt auch die wahre Grundurſache aller Krankheiten gegeben, nämlich ein mit Speiſe nnd Trank überladener Magen. Ein bequemer und vernünftiger Hunger, ein oft wiederholtes Faſten hilft ſolchem Uebel ab. Ein Jeder ſoll ſich gewiſſe Tage beſtimmen und einhalten, an welchem die Mäßigkeit wieder zurecht bringe, was der Gaumen durch Uebermuth verdorben. Dieſes thun auch ſehr gelehrte Männer, indem ſie aus Vorſorge für die Geſundheit in jeder Woche einen oder den andern Tag ſich feſtſetzen, an welchem ſie weder Mittags noch Abends etwas zu ſich nehmen, um wieder gut zu machen, was ſie durch Völlerei ſich geſchadet.

Der Kaiſer Aurelianus hat das ſechs und ſechzigſte Jahr ſeines Alters erreicht, nie eine Arznei genommen, nie ſich zur Ader gelaſſen, ſondern iſt täglich eine Stunde ſpazieren gegangen, hat alle Monate einen ganzen Tag gefaſtet, ohne einen Biſſen Speiſe

Digitized by Google

zu ſich zu nehmen. Wer weiſe iſt, wird ſich oft, wenigſtens dann, wenn ihm das Eſſen nicht ſchmeckt, Faſttage machen. Ich wiederhole das wohl hundertmal, ja tauſendmal möchte ich es wiederholen: „Wer mäßig lebt, der lebt deſto länger.“

§. 3.

Der dritte Beweis iſt: Geſundheit iſt das rechte Verhältniß und Ebenmaaß der Feuchtigkeiten und Beſchaffenheiten, die ungeſtörte Wirkſamkeit aller Organe des Körpers für ſich und zu einander. Wenn die angeborne Wärme und Kälte, die Trockene und Feuchtigkeit ſich ſo ziemlich gleich ſind, und keine die andere übertrifft, ſo iſt der Leib geſund; und wenn die angeborne Wärme oder natürliche Kälte überwiegend iſt, ſo iſt die Krankheit nicht ferne oder ſchon da. Hier fürchte ich tauben Ohren ein Liedlein zu ſingen. Es iſt weit gefehlt, was Jedermann, was Gelehrte und Ungelehrte auf das entſchiedenſte vertheidigen. Ich bitte dich lieber Leſer, wende deine Aufmerkſamkeit hieher und leihe mir deine Ohren. Es iſt nämlich eine allgemeine Meinung, die geſchwächte Körperskraft und ein ſchlechter Magen könnten von edlem, ſtarken Weine viele Stärkung erlangen. Dieß iſt ein Stein des Anſtoſſes, ein Fels des Aergerniſſes für dieſe Welt, ja dieſer Grundſatz iſt das Grab, in welches täglich unzählig viele Leichen geſtürzt werden. Ein guter, unverfälſchter Wein, ſagt man, mäßig getrunken, bringt die verlorenen Kräfte wieder zurück, er-

wärmt den verkälteten Magen und gewährt die beßte Wirkung. O Freunde! ihr irret himmelweit. Schenket hierin doch den glaubwürdigſten Zeugen, an denen gar nichts auszuſtellen iſt, Glauben.

Ich ſage: Einem Magen, der entweder von Natur, oder Alters, oder Krankheiten halber geſchwächt und kalt iſt, nützt ein ſtarker Wein nicht nur nichts, ſondern iſt ihm äußerſt ungeſund und nachtheilig. Denn die gelehrteſten Männer faſſen vernünftig die Sache alſo auf: Zwiſchen dem Magen, der aufnimmt und zwiſchen Speiſe und Trank, die aufgenommen werden, muß nothwendig ein gleiches Verhältniß ſtattfinden; denn der Magen will von ſeinem Gaſte durch Wärme nicht überwunden werden. Wenn nun der Magen kalt, der Wein aber mit Waſſer nicht gebrochen und erhitzend iſt, ſo ſchadet ihm dieſes unglaublich viel wegen der großen Ungleichheit zwiſchen dem, der empfängt und dem, was empfangen iſt. Ein ſchlechter Magen und ein guter Wein ſind ſich zu ungleich, und es kommt daraus nichts Gutes zum Vorſchein. Verbinde Gleiches mit Gleichem, ſo wirſt du der Geſundheit einen Dienſt erweiſen; einem blöden Magen gehört ſchlechter oder gewäſſerter Wein. Das will aber Niemand glauben, die ganze Welt wiederſetzt ſich und ſchreit dagegen, und alles ſtimmt darin überein, man muß den ſchlechten Magen durch guten Wein wieder zu recht bringen und erwärmen.

Es waren einmal drei Kranke, die ſonſt viel Verſtand und Erfahrung beſaſſen, aber in dem, was

Digitized by Google

ſie betraf, waren ſie ſehr unklug. Der Eine hielt dafür, Malvaſier ſollte ihm in ſeiner Krankheit die beßten Dienſte leiſten; der Andere brauchte ſüßen Wein; der Dritte trank gebrannten oder deſtillirten Wein; drei Gattungen Weine, die ſehr gerühmt werden. Der Erſte meinte, er wolle mit dem Malvaſier die Bruſt reinigen und das Athmen ſich erleichtern; er wollte aus Vorliebe zu dieſem köſtlichen Tranke nicht begreifen, daß die Flüße durch ein ſo ſüßes und ſtarkes Getränk ſich eher vermehren als abnehmen. Ariſtoteles ſagt, ſogar auch der Eſſig ſey warmer Natur. Der Andere aber begehrte Rhein-Wein, vorzüglich deßwegen, weil er kühle und erfriſche. Ich bitte euch, wer hat je in der Welt gehört, daß ein Wein, ſonderlich ein ſolcher, der von edlen Trauben kömmt, ein kühlende Kraft haben ſollte? Gütiger Gott, wie fein betrügen wir uns ſelbſt! und wie iſt faſt Niemand in ſeiner eigenen Angelegenheit weiſe und verſtändig.

Wo auf der ganzen Welt iſt denn jener Weinberg, wo die Trauben einer kühlenden Art wachſen? Das iſt ein träumeriſcher und aberwitziger Einfall eines Kranken. Ja, der Wein kühlt, aber nur gleich anfangs, wenn man ihn trinkt, da nimmt er auf eine ganz kurze Zeit den Durſt; wenn aber ſeine Kraft auszuſtrömmen beginnt, dann erwärmt er, zündet an, brennt und verbrennt. Jene Kühlung, ihr guten Leute, iſt nur von kurzer Dauer und gleichſam die erſte Zeche, die dieſer Gaſt dem Magen, ſeinem Wirthe zahlt. Doch warte nur ein kleinwenig, du wirſt deines Ga-

ſtes heimliches Feuer empfinden. Aber der Dritte von den obigen drei Kranken geſtattete ſich ſelbſt den Branntwein als eine gute Arznei für den kalten Magen. Fürwahr eine glänzende Thorheit, die ſich doch den Schein der Rechtlichkeit zu geben wußte. Auf ſolche Weiſe helfen wir dem Magen und verlieren den Kopf. Auch dieſer Wein iſt dem Magen, beſonders einem kalten ſehr ſchädlich. Die einheimiſch gewordene Kälte läßt ſich durch ein ſo gewaltſames Feuer nicht vertreiben, eher fährt die Seele aus, was dergleichen Arzneien oft zu bewirken pflegeu. Ach, es iſt weit beſſer, ein wenig krank zu ſeyn, als ſolche ſchädliche Mittel zur Wiedererlangung der Geſundheit gebrauchen. Meide den Branntwein, meide ihn, wenn dir die Geſundheit und das Leben lieb iſt. Ich trinke aber, ſprichſt du, nur ein wenig. So willſt du denn dir lieber ein wenig, als gar nicht ſchaden? Das Nämliche gilt auch von jedem andern ein wenig, was gleichwohl ſchädlich iſt. Der Magen, ſagt man, müße nicht mit vielem, aber gutem Weine erwärmt, oder wieder eingerichtet werden.

Ach! dieß iſt eine beweinenswerthe Thorheit, die aber ſüß klingt, ein offenbarer, aber willkommener Irrthum. Wir wollen alſo lieber, um unſere Gaumenluſt zu befriedigen, zu Grunde gehen, als die Beſchwerden der Mäßigkeit auf uns nehmen und wieder geſund werden. Wir erwärmen den Magen ganz gut, aber während wir dieſes thun, verlieren wir das Leben. Auf ſolche Weiſe ſterben fürwahr unzählig Viele

Digitized by Google

täglich dahin, die ſich mit lauter Gutthun ganz fein die Kehle abſchneiden; ſie erwärmen nämlich den Magen dergeſtalt, daß ſie ihn im Grab abkühlen müßen. Dem Magen, wie ich geſagt, der entweder von Natur, Alter oder Krankheit ſchwach iſt, geht ganz gewiſſer Schaden zu durch ſtarken Wein. Der edle Wein erquickt nicht ſo faſt die zerrüttete Körperskraft, ſondern unterdrückt ſie vielmehr. So richten wir uns ſelbſt zu Grunde durch Gutmeinen. Einen ſtarken Wein rechnen wir unter die beßten Arzneien, wenn wir krank ſind. Aber ach, wie weit fehlen wir hierin, uud trinken Gift ſtatt Gegengift! Wir wollen den Leib pflegen, während wir ihn doch durch erbärmliche Unwiſſenheit zerſtören. Und bei dieſem unſern Verderben ſind wir noch fröhlich. Ihr Thoren, nehmet Verſtand an, und ihr Narren, lernet einmal Weisheit. Der ſtarke Wein iſt denen (merkt auf meine Rede), die einen ſchwachen und verderbten Magen von Natur, Alter oder auch Krankheit haben, nicht nur keine Erquickung, ſondern gereicht ihnen ſogar zum Verderben. Ich möchte hier die Worte eines Verſtorbenen anführen: „Niemand glaubt es.“ Ich beweiſe, was ich ausgeſprochen, durch ganz glaubwürdige Zeugniſſe.

§. 4.

Unter den Aerzten ſtehe obenan der vortreffliche Galenus, der ganz freimüthig ſpricht: „Wenn du ein wenig Waſſer unter den Wein miſcheſt, wird es gut ſeyn der Verdauung und des Harnes wegen.“ Fran-

Digitized by Google

ziskus Valleſius, der Leibarzt Philipp II., Königs von Spanien, ein Mann von auſſerordentlicher Gelehrſamkeit unterweiſet gut und klar jene, die hierin unerfahren ſind. Ich will hier ſeine Worte getreulich anführen: „Ich halte dafür, daß es nichts Einfältigeres geben könne, als wenn man alten Leuten, um zu erwärmen, den Wein im Ueberfluße, beſonders ohne Waſſer geſtattet. Denn je hitziger der Wein an und für ſich iſt, deſto größere Wärme müßen der Magen und die Eingeweide haben, daß ſie ihm Herr werden, ſonſt wird er zu Eſſig und vermehrt den rohen, ungekochten Saft, wodurch dann die natürliche Wärme erſtickt wird, unzählige Krankheiten entſtehen, ſogar ſchleuniger Tod erfolgen kann. Darum gefällt es mir nicht gar ſehr, daß man den Wein die Milch der alten Leute nennt; ich halte vielmehr dafür, man ſoll mit vorrückendem Alter den Wein immer mehr wäſſern, bis im höchſten Alter demſelben gänzlich entſagt und Meth von Honig oder anderes gekochtes Waſſer dafür gebraucht wird. Denn es iſt beſſer, daß die natürliche Wärme allmälig abnehme, als daß man ſie mit Wein überſchütte, und das Alter deſto elender und der Tod beſchleuniget werde.

So verhält ſich die Sache. Darum je blöder und ſchwächer der Magen iſt, deſto weniger Stärke ſoll das Getränk haben, damit es ihm um ſo mehr zuſage. Ein ſchlechter Magen und ein ſtarker Wein ſind ſich ganz ungleich, und können nur Schaden bringen. Daher iſt der Rath des Valleſius ſo gut und

Digitized by Google

der Wahrheit gemäß, je mehr man im Alter vorſchreitet, deſto mehr Waſſer in den Wein zu gießen, ſo daß man im Greiſenalter ſtatt des Weines durchaus nur Waſſer trinke; dieſes natürliche Getränk iſt für einen alten Magen weit ſchicklicher und beſſer. Valleſius ſagt, man dürfe dieſes für einen wahren Orakelſpruch halten. Aber wer glaubt es? Dieſem erſten Zeugen füge ich einen andern bei. Thomas Mermann, Leibarzt der durchlauchtigſten Herzogin von Bayern, ein Mann, der durch ſeine glücklichen Kuren nicht nur in Deutſchland; ſondern auch in der ganzen Welt einen großen Ruf ſich erworben, ausgezeichnet durch Wiſſenſchaft und Kenntniſſe aller Art und dabei voll der aufrichtigſten Geſinnung und Redlichkeit, pflegte zu ſagen: „Ein guter Wein iſt eben ſo ſchwer zu verdauen, als ein großes Stück Rindfleiſch.“ Und dieſen Ausſpruch betheuerte dieſer große Mann ſo oft und nachdrücklich, und Niemand glaubt es. Zwiſchen dem Feuer eines ſehr guten Weines und der Kälte eines ſchlechten Magens iſt kein Verhältniß da. Das ſind zwei Dinge, die ſich gegenſeitig feindlich gegenüberſtehen; daher der innerliche Krieg zum großen Schaden des Magens. Dieß iſt der weiſe Ausſpruch Mermanns, der ſich auch treulich daran hielt und jederzeit den Wein gut mit Waſſer vermiſchte.

Und wir ſo große Thoren, Leute ohne alle Erfahrung, trinken Alters oder Kränklichkeit halber, um den Magen zu ſtärken, Ungariſchen, Rhein- oder ſpaniſchen Wein; ja ſogar den allerbeßten, der nur

zu bekommen iſt, und ſollte er unter der Regierung des Opimius in Candien oder Chios gewachſen ſeyn. Wie ungeſchickt! Solcher Wein paßt für einen ſolchen Magen wie eine Fauſt auf ein Aug. Der Magen ſelbſt, der Kopf oder die übrigen Glieder werden endlich doch die Tyranei eines ſo ſtarken Weines empfinden. Aber in unbegreiflicher Unwiſſenheit fehlt man im Stücke der Erhaltung der Geſundheit überall lieber, als in Betreff des Weines. Ich habe noch friſch im Gedächtniße ein ganzes Regiſter von großen Männern, die alle nicht wegen des klaren und geſunden Waſſers, ſondern wegen des edlen Weines in das Grab wanderten. Ein ſtarker Wein iſt ein ſchädlicher Wein, wenn er nicht mit Waſſer gebrochen wird. Daher auch das ganz wahre Sprichwort der Griechen: „ein guter Wein, ein kranker Kopf.“

Ich zweifle gar nicht daran, daß nicht ſo viele Menſchen im Waſſer und auf dem Meere ertrinken, als im ſtarken Weine. Es war das Loos vieler vornehmen Herren und Fürſten, daß ſie in den großen Wolkenbrüchen ſtarken Rebenſaftes geblieben und umgekommen ſind, obgleich auch manchmal Arme auf ſolche Art zu Grunde gehen; denn wenn dieſe erkranken, ſo meinen ſie, der gute Wein müße ihre beßte Arznei ſeyn. Auf den Wein verwenden ſie all' ihr Geld. Sie fehlen aber doppelt: einmal, weil ſie den Magen mit einem Getränk übergießen, deſſen er nie gewohnt war, anderntheils, weil ſie mit dem eingegoſſenen Feuer des Weines der Hitze oder Kälte des

Digitized by Google

Magens nichts wegnehmen, ſondern ſie in Aufruhr bringen und einen äuſſerſt ſchädlichen Krieg erregen. Thomas Morus, ein hellleuchtender Stern im Rathe zu England, hat ſich in dieſem Stücke ganz weislich und ſehr mäßig gezeigt; denn er aß nur von Einer Speiſe bei der Mahlzeit, gewöhnlich vom Rindfleiſche. Und wenn, wie es der Stand erforderte, viele Gerichte aufgetragen wurden, begnügte er ſich mit dem erſten beßten. Als Jüngling trank er lange Zeit gar keinen Wein, im Alter aber nie anders, als mit Waſſer gebrochen.

Du möchteſt hier einwenden: Ich bin von ſchwacher Natur, darum handle ich nicht unrecht, daß ich bei einem guten Glaſe Wein mir einige Kraft ſammle. Mich friert, darum erwärme ich mich bei dem Weine. Du wirſt dich wärmen, da du dich umbringeſt. Aber ſagſt du weiter, ich empfinde gleichwohl, wie die Wärme des Weines ſich lieblich durch alle Glieder des Körpers verbreitet und wie ich gar wohl dadurch geſtärkt werde. O wie leicht hintergeht man ſich ſelbſt! Wir empfinden freilich die Kraft eines ſtarken Weines, und ließen uns gar leicht bereden, auf ſolche Weiſe wieder zu Kräften zu gelangen; aber wir werden ſchön ſauber betrogen. Dieſe wohlthätige Kraft des Weines dauert nur eine kleine Zeit und bald wirft er Gift um ſich wie ein Baſilisk. Denn je beſſer der Wein iſt, deſto mehr ſchadet er dem Kopfe. Daher kommen ſehr viele Flüße und eine Reihe von Krankheiten. So bringen wir uns ſelbſt fürwahr mit lauter Sorge um

Digitized by Google

das zeitliche Wohl, um's Leben. Aber man glaubt es nicht. Ich will nicht in Abrede ſtellen, daß ein warmer und ſtarker Magen ſolchen Wein öfters verträgt und bemeiſtert, aber ohne einigen Schaden geht es doch ſelten ab. Wer beleibt und ſtark iſt, empfindet zwar dieſes nicht alſogleich, weil ihn ein Geringes nicht angreift; wer aber einen von Natur oder durch Alter oder Krankheit geſchwächten Magen hätte, der mag ſich wohl vor jedem ſtarken Weine wie vor Gift hüten. Ein kalter und abgenützter Magen, dem man auf einmal das heimliche Feuer des Weines zugießt, iſt, wie ſchon geſagt, ein viel zn ungleiches Ehepaar. Man ſtelle einen Vergleich an zwiſchen dem Ernährten und der Nahrung. —

§. 5.

Lieber Leſer, es ſey mir erlaubt hier, um die Wahrheit zu behaupten, dir zum Nutzen etwas weitläufiger zu reden. Nächſt Franziskus Valleſius und Thomas Mermann führe ich noch andere Zeugen an, auf daß nach Chriſti Ausſpruch alle Wahrheit in zweier und dreier Zeugen Mund beſtehe, wo nicht gar in dem Munde von ſechs oder ſieben. Hieronymus Cardanus von Mailand, der, (einige leſen rerum varietate, von der Manigfaltigkeit der Dinge) ſiebzehn Bücher von der Wahrheit der Dinge, einundzwanzig von Spitzfindigkeiten, vier von der Erhaltung der Geſundheit, und unzählig viele andere Schriften geſchrieben hat, ein eben ſowohl durch Gelehrſamkeit als Er-

Digitized by Google

fahrung ausgezeichneter Mann entſcheidet die Streit-ſache auf die klarſte Weiſe: „Man hält insgemein dafür, der Wein ſey deßwegen dem Magen vortheilhaft, weil das Waſſer ihm ſchädlich iſt und auch die Kräfte durch ihn vermehrt werden. Ein edles, ſtarkes Getränk, ſagt man, iſt beſſer, befördert die Verdauung mehr und kommt durch ſeine Wärme dem kalten und über-ladenen Magen mehr zu Hülfe. Aber die Sache ver-hält ſich nicht ſo; denn alles Uebermaaß, das man für nützlich hält, kann leicht ſchädlich werden, und dieſes findet auch ſeine Anwendung im Gebrauch des ſtarken Weines. Ein ſtarker Wein ſchwächt bei längerem Ge-brauche den Magen (merk' dieß wohl, lieber Leſer) und verdirbt ihn ganz und gar, ja er iſt bei weitem ſchädlicher als das klare Waſſer. Und zwar einmal, weil er durch die beigebrachte Hitze die Leber zwingt, die rohe Speiſe an ſich zu ziehen und durch dieſe Ent-zündnng bewirkt er einen um ſo größeren Durſt und auch Verſtopfungen: ferners weil er die rohen Feuch-tigkeiten, die im Magen ſich befinden, eher als dieß geſchehen ſoll, durchtreibt; und was das Schlimmſte iſt, der Magen iſt von Natur aus kalt, er wird ſtär-ker von ſolcher Nahrung, die ſeiner Natur ähnlich iſt, ſchwächer von entgegengeſetzten Dingen. Daher kommt es, daß Jene, die ſtarken Wein trinken, Alle in kur-zer Zeit anfangen zu ſchwinden und abzugehen, aus-genommen ſie hätten einen ſehr fetten Magen. Ein nicht geringer Uebelſtand, der ſich dazu geſellt, iſt dieſer, daß der Magen, wenn der gewöhnliche ſtarke

Digitized by Google

Wein ihm mangelt, ganz ſeine Dienſte verſagt. Cardanus ſetzt dieß noch zum Schluße bei: So iſt denn der Gebrauch des ſtarken Weines ein ſehr großes Uebel.“ Aber du wirſt mir ſagen, viele Leute befinden ſich bei ſtarkem Weine ſehr wohl. Höre, was Cardanus ganz gelehrt antwortet. „Wenn es ſcheinen ſollte, daß Einem oder dem Andern der ſtarke Wein wohl bekomme, ſo geſchieht dieſes doch zumeiſt aus Gewohnheit, oder weil die große Feuchtigkeit dadurch geſchwinder zu den Adern getrieben wird, wodurch das Uebel nicht vermindert, ſondern beſchleuniget und geſteigert wird, oder weil der Magen kalt und feucht iſt; mit Pfeffer und Knoblauch ließe ſich hier beſſer helfen: das Trinken ſtarken Weines wäre nur für den Fall zuläßig, als der ſchlechte Magen ſonſt nichts mehr nehmen will.“

Cardanus beſtätigt das Geſagte folgendermaſſen: Ein ſtarker Wein verbrennt die Leber, und das iſt ſehr übel; denn was einmal verbrennt iſt, das kommt nie wieder zurecht, ſo wenig als verbranntes Fleiſch, Holz oder Brod. Dann führt ein ſtarker Wein die rohen Feuchtigkeiten mehr in die inneren Theile und macht Steine daraus. Wenn du nur auch ſtarken Wein und nicht wenig trinkeſt, derſelbe aber ſich nicht verändern oder vertrocknen läßt, ſo brennt er den Magen und die Leber; wirſt du ihm Herr, ſo ſteigt er in's Gehirn, verurſacht Wahnſinn und Unlauterkeit, oder wird doch gewiß zu Eſſig und ſchwächt nicht nur den Magen, ſondern auch das Milz, führt die flüßige

Feuchtigkeit zu den Nerven und vermehrt die Galle. Wenn es nur darum zu thun iſt, die Feuchtigkeit fortzuſchaffen, ſo wird ein mittelmäßiger und gewäſſerter Wein dieſelben Dienſte leiſten. Wo hat jemals ein Säufer ein gutes Ende genommen?«

Und damit nicht vielleicht Jemand meine, Cardanus ſey anders zu Hauſe, anders in der Schule geſinnt geweſen, er habe anders gelehrt und geſchrieben als gethan, wie denn oft die Werke von den Worten abweichen, ſo hat dieſer hochgelehrte Mann, um in der That zu zeigen, was er lehrte und mit ſeinem Beiſpiele die vorgeſchriebenen Lehren zu bekräftigen, ſelbſt einen ſchlechten Wein gebraucht und noch dazu mit Waſſer ihn vermiſcht. Er hat gelehrt und was er gelehrt auch ſelbſt geübt.

Ein anderer großer Mann hat aber anders geredet als gehandelt, war aber hiebei äußerſt unvorſichtig. Dieſer pflegte zu ſagen: „Guter Wein bekommt der Natur ſehr wohl.“ Wie weit er aber ſich geirrt, das haben zwei große Steine, die man nach ſeinem Tod in der Blaſe gefunden, genugſam bezeugt, wie wenig nämlich der gute Wein der Natur wohl bekomme. Hätte er Waſſer, oder ſchlechten, leichten oder wäſſerigen Wein getrunken, wäre ihm nicht eine ſo große und lebendige Steingrube im Leibe gewachſen.

§. 6.

Ich will noch immer neue Zeugniſſe vorbringen, und zwar ſolche, wider welche ſich keine Einwendung

Digitized by Google

machen läßt, und die das, was von den frühern behauptet wurde, auf eine Weiſe beſtätigen, die nichts zu wünſchen übrig läßt.

Johann Zech, ein ſehr berühmter Arzt, der vortrefflichſte Profeſſor auf der Univerſität zu Bonn, ſagt kurz: „So viel iſt gewiß und Jedermann wiſſe es, daß ein gehaltvoller und ſtarker Wein dem kranken Magen ſehr ſchädlich ſey; wenn man davon zu viel zu ſich nimmt, ſo läßt er ſich ſchwerlich bezwingen.“ Ihm folge gleich ein anderer Zeuge:

Alexander Petronius, der Leibarzt des Papſtes Gregor **XIII.** ſpricht ſich auf das entſchiedenſte gegen den ſtarken Wein aus, und will, man ſoll, beſonders im Alter, gewäſſerten Wein trinken. „Daher kommt es, ſpricht er, daß Menſchen und Thiere, vorzüglich aber die Fiſche, die insgemein Waſſer brauchen, faſt immer geſund ſind, ein jedes nach ſeiner Art; daß auch gewöhnlich die Leute, welche Waſſer trinken, länger leben als jene, die Wein gebrauchen. Und gleich darauf, wo er den Alten den Wein vorſchreibt, ſpricht er ſo: Der Wein ſoll nicht gar zu jung, aber auch nicht alt, ſondern entweder nicht zu gehaltvoll ſeyn, oder im Falle er zu ſtark wäre, mit Waſſer genugſam gebrochen oder ſonſt gemildert werden.“

Den Vorigen füge ich mit Recht bei, oder ziehe ihn wohl Allen vor Julius Alexandrinus, den erſten Leibarzt Kaiſer Maximilian **II.**, der mir einen vorzüglichen Zeugen abgibt, und mit dem großen Anſehen eines Arztes und Geſchichtsſchreibers ſehr ſchön bewei-

Digitized by Google

ſet, man ſoll allzeit den Wein mit Waſſer mengen, wie es auch immer mit dem Leibe und der Geſundheit ausſehen möge, ein ſolches Getränk bekomme auch dem verkälteten Magen wohl. Und da er durch eine ſo große Menge von Zeugniſſen ſehr viele genöthiget, ihm beizuſtimmen, macht er ſich ſelbſt den Einwurf, ſolches möchte vielleicht nur von hitzigen nicht aber von kalten Naturen zu verſtehen ſeyn. Bei den hitzigen Naturen, ſagt er, iſt es nöthig, aber nicht ſo bei den kalten. Warum denn bei dieſen nicht? Es iſt ja ein probates Mittel, daß, wer ſich mit Mohnſaft zu viel abgekühlt mit einem Trunke Wein, der, wenn auch nicht zur Hälfte, doch zum Theil mit Waſſer vermiſcht iſt, geheilt werde; ebenſo hebt auch ein Glas Wein zur Hälfte mit Waſſer gemengt durch bloſſes Erwärmen das Göben und Schautern von unverdauten Feuchtigkeiten, die windichten Flüße und froſtigen Zuſtände (wie man dieſes bei alten Leuten findet), ſo daß wir uns weniger darüber wundern dürfen, wenn die, welche Mohnſaft oder ſonſt etwas ſehr Kühles getrunken und deßwegen in Gefahr kommen, von uns durch das Trinken gewäſſerten Weines wieder geſund gemacht werden. Er führt den Beweis weiter: Dieſes wird (wie ich glaube) offenbar darthun, daß es damals Gebrauch geweſen ſey, allen Leuten weß' Standes und Würden immer, Geſunden und Kranken, oder ſolchen, die weder ganz geſund noch krank waren, ſondern ſich nur unwohl befanden, durchaus gewäſſerten Wein zu verordnen.

Digitized by Google

Endlich beſchließt und faßt dieſer ſehr berühmte kaiſerliche Arzt, was er oben geſagt, auf klare und verſtändliche Weiſe zuſammen: „Es iſt dieß ohnehin ein ſehr alter Brauch und allenthalben Gewohnheit, daß man Waſſer unter den Wein miſche bei Leuten jeden Standes und Alters, auch bei den Heiden (die Scythen allein vielleicht ausgenommen), die entweder gar kein Waſſer, oder nur ein wenig in den Wein goſſen, findet man dieß.“ Zur Bekräftigung deſſen erwähnt er verſchiedene Arten wie man den Wein brechen könne, und zeigt, wie die Hitze des Weines durch Waſſer gemindert werde. Dem ſtimmte alſo auch mein beßter Freund, der gelehrte Arzt bei, da er ſpricht: „Kein Arzt zweifelt daran, daß jene, die aus löblicher Gewohnheit gewäſſerten Wein trinken, geſünder ſind und länger leben, als jene die ſich täglich reinen und ſtarken Weines bedienen.“ Was ich nun ſage habe ich in meine eigenen Ohren gehört und aufgeſchrieben: „Wenn zwei Jünglinge von der beßten Beſchaffenheit der Natur und Geſundheit ganz auf dieſelbe Weiſe erzogen würden, den Tiſch und alles übrige miteinander gemein hätten, nur den Wein ausgenommen, den der eine lauter, der Andere aber gewäſſert tränke, ſo wollte ich in einem ſolchen Falle einen Eid ablegen, daß Derjenige, ſo gewäſſerten Wein trinkt um einige Jahre länger lebe, als der Andere mit ſeinem lautern Wein.“ Die Urſachen liegen vor Augen: 1) „Ein gewäſſerter ſtarker Wein, dringt geſchwinder durch, als ein ungewäſſerter. 2) Das Waſſer mit Wein vermiſcht bricht

Digitized by Google

und vernichtet die ſchädlichen Dämpfe des Weines. 3) Das dicke und gröbſte am Weine (die Chemiker nennen's Tartarum) wird weit geſchwinder und beſſer durch die Harn-Adern abgeführt. Daher laſſen die öſterreichiſchen, böhmiſchen, mähriſchen, Tyroler, Franken-Weine, wenn ſie noch nicht ganz lauter geworden, auf der Hefe etwas von ſolchem Weinſtein oder Tartarum in den Adern ſitzen; alſo vermiſcht ſich der Geiſt des Weines mit dem Geiſte des Lebens und wird flüchtig. Und die Ausführung und Abſonderung dieſer Materie entzündet Kopf und Milz, wie auch die Nieren, zieht die Nerven zuſammen, und regt ſie auf, bringt überhaupt allerlei Krankheiten und Nachtheile.« So ſchreiben die churfürſtlichen Aerzte wörtlich. Sie ſchließen dann: „Die Verringerung der geiſtigen Kraft im Weine hat alſo unzählig viele gute Wirkungen.«

Siehe, mein lieber Leſer, wie die gelehrteſten Männer über dieſen Gegenſtand in ihrer Meinung übereinſtimmen. Ich geſtehe offen: Plato allein gilt mir für tauſend und tauſend ſo viel als Er allein. Der einzige Mermann oder Valleſius wiegt zehntauſend hin, und zehntauſend nicht ſo viel, als Einer aus ihnen. Ich kenne wohl den thörichten Irrthum, der in der ganzen Welt ſich verbreitet, ein ſchlechter Magen müſſe durch guten Wein geſtärkt und erwärmt werden. Dem unwiſſenden und wahnwitzigen Pöbel, der wenn er am verſtändigſten ſeyn will, die unſinnigſten Streiche macht, wäre dieß leicht zu verzeihen; aber das Uebelſte iſt dieß, daß Leute, die auf höhere Bildung und Gelehrſamkeit An-

ſpruch machen, hierin ſo ganz dem thörichten Pöbel beiſtimmen. Doch auch ihnen wollen wir verzeihen; denn wenn ſie den guten Wein nicht ſo gerne tränken, würden ſie ſich wahrlich nicht ſo ſehr um ihn anneh= men. Sie lieben was ihnen ſchmeckt; haben Wohlge= fallen an ihrer Luſt, und was ſie ergötzt, vertheidigen ſie als nützlich.

Aber viele, erwiederſt du, trinken die ſtärkſten Weine und bleiben doch friſch und geſund. Freund, mache die Hand auf und zähle ſie an den Fingern, wie groß iſt ihre Zahl? Wirſt du wohl ſo viele fin= den als du Finger und Gelenke haſt? Ich verſichere dich, daß ſie nicht ſo geſund ſind und gewiß würde ihnen noch beſſer ſeyn, wenn ſie Speiſewein trinken wollten. Dann erhält auch eine lange Gewohnheit die Kraft der Natur: was wir von lange her zu thun gewohnt ſind, das wird uns deßhalb nicht geſünder und heilſamer, ſondern wir thun es nur leichter. Ich ſage noch mehr: Du wirſt unter Tauſenden kaum Ei= nen nennen können, der täglich ſtarken Wein im Ueber= fluße getrunken und noch lange geſund geblieben wäre. Und eine Schwalbe macht auch noch keinen Frühling. Aber du wirſt abermal einwenden: Wenn ein ſchwa= cher Magen vor ſtarkem Weine ſich hüten ſoll, ſo müßte man ja auch Gewürze und alles was ein geheimes Feuer in ſich hat meiden. Du ſprichſt recht und ganz ver= nünftig. Gewürz ſoll man wenig und kärglich brauchen, wie wir beim Weine aus mehreren Gründen darge= than haben; auch erfahrene Männer verbieten einem

Digitized by Google

ſchwachen Magen den häufigen Gebrauch des Pfeffers und ähnlicher Gewürze. Ein Uebel wird nicht durch ein anderes größeres Uebel geheilt, die Kur würde gar ſchlimm ausfallen. Galenus ſagt: „Ein Uebel ſollte man vertreiben durch ein anderes, jedoch geringeres Uebel. „Einem kalten Magen durch ſehr hitzigen Wein aufhelfen wollen, wäre Unſinn, denn das hieße ein kleines Uebel durch ein ſehr großes beſeitigen wollen.

Ein berühmter und ſehr gelehrter Arzt, deſſen Schriften ich, wie ſchon erwähnt, leſe und hie und da daraus mir Notaten ziehe, beweiſt klar, daß einem ſchlechten Magen ſauerer Wein viel zuträglicher ſey, als ein ſehr guter und ſtarker. Die Urſache iſt: Ehe der Magen zu wirken anfängt, oder doch gewiß ehe er ſeine Wirkung vollendet, verflüchtiget ſich der gute Wein vor der Verdauung und dampft aus, ſo dringt er dann zum Schaden der Geſundheit in andere Theile des Leibes vor. Zum Lachen iſt was ich hier erzähle: Im Jahre Chriſti 1632 im Monat May, als die ſchwediſchen Reiter das Städtlein Ebersberg in Bayern ausplünderten, goßen ſie aus Muthwillen Branntwein in ein Faß, das ihnen gerade unterkam, damit ein jeder ſo viel er wolle, daraus trinken könne. Zu dieſem Tranke kam auch ein Kalb und trank wacker zu, fiel aber bald todt zu Boden. Wenn nun der ſehr hitzige Magen eines Thieres ſolchen Brand nicht aushalten konnte, wie wird denn der weit ſchwächere Magen eines Menſchen das Feuer eines ihm ſo ungeſunden Weines bemeiſtern können?

Digitized by Google

§. 7.

Und wenn du auch mich lieber Leſer, unter die Zahl der Zeugen aufnimmſt, will ich ſagen, was mich erſt jüngſt eine ganz zuverläßige Erfahrung gelehrt. Ich läge, hätte ich nicht ſchon ſeit vielen Jahren alle Arten ſtarken Weines gänzlich entbehrt und den Speiſewein mit Waſſer gemildert, längſt im Grabe. Vom gewäſſerten Weine kommt mir mancherlei und großer Nutzen zu. Denn bis auf dieſe Zeit habe ich das läſtige Podagra und den ſchrecklichen Lendenſtein, ein ſonſt mir von der Mutter angeerbtes Uebel verloren, niemals mehr mir eine Ader öffnen, nie ein Fontanell ſetzen laſſen, und ſo lange ich in der Societät lebe, bin ich noch nie zu Bette gelegen. Dieſe beſtändige, gute Geſundheit habe ich der Diät und dem mäßigen Leben oder Faſten im Orden zu verdanken. Darum würde ein Jeder ſehr wohl thun, der, wenn er merkt, daß ſeine Geſundheit etwas Schaden gelitten, zu ſtrengerem Faſten ſeine Zuflucht nähme. Ich darf ſagen eine jede Krankheit könne gleich Anfangs mit Faſten gehoben werden; ich hielt dieſes bisher immer für die allerſicherſte Arznei. In Böhmen hat die Soldaten-Krankheit oder das hitzige Fieber ſowohl von mir als andern durch Schwitzen und Faſten weichen müſſen. Die aus Luſt mehr zu ſich genommen, ſind geblieben. (anno 1620.)

Ein ſtarker Wein, ein ſchädlicher Wein; ein gewäſſerter Wein, ein ſehr geſunder Wein. Wer aber die Hauptregel die Geſundheit zu erhalten in Kürze

Digitized by Google

gefaßt wiſſen will, der merke vorzüglich auf drei kleine Gebote: „Das erſte iſt, daß man alles Obſt meide. Das zweite, daß man die Körperbewegung nicht unterlaſſe und täglich wenigſtens eine Stunde, wie Alexander Severus gethan, ſpazieren gehe. Das dritte, daß man den gewäſſerten Wein und zugleich die Mäßigkeit als das allerſicherſte Verwahrungsmittel der Geſundheit ſehr hoch ſchätze.“ Dieſes dreifache Gebot hat die alte Poeſie in folgende drei eben nicht zierliche Verslein gebracht:

Wünſcheſt du geſund zu leben
Sollſt für Obſt kein Geld ausgeben;
Sollſt im Freien dich bewegen
Täglich der Erholung pflegen;
Wein mit Waſſer ſtets nur nehmen
Und nur wenig Speis' dir gönnen.

Ich bin mit vielen Andern dieſer Arznei den höchſten Dank ſchuldig und ſchreibe ihr allein es zu, daß ich geſund bin. Hieronymus Cardanus drückt ſich hierüber weitläufig aus: „Ich zeige euch, wann ein froher heiterer Sinn und freudiges Gemüth das Leben um vieles verlängern, nämlich wenn man im Genuße der Speiſen mäßig iſt. Ebenſo zeige ich, daß wenn es auch die Menſchen abgezehrt und mager macht, doch dem langen Leben nicht im Geringſten ſchadet.“ Genug nun über dieſen Gegenſtand von welchem in dieſem Buche weiter nichts mehr geſagt werden ſoll, jetzt zum Schluße des Kapitels.

Digitized by Google

Eine wunderſame und große Kraft liegt fürwahr in der Mäßigkeit, ſie iſt aber nur Dem bekannt der durch lange und geduldige Uebung die Erfahrung zur Lehrmeiſterin gehabt. Ich ſchließe mit den Worten des Macarius, wie ſie Caſſianus anführt: „Faſte, als wollteſt du hundert Jahre leben; iß, als wollteſt du dieſen Tag noch ſterben. Gehe zum Tiſche wie zu einer Arznei. Dazu ermahnen wir, und Niemand glaubt es. Ich lache dazu und überlaſſe das Uebrige dem Obern.

Gedenket doch, ich bitte euch, wie viele Tauſend Deutſche in Welſchland und Spanien zu Grabe giengen, jene zu ſtarken Weine haben das Grab gemacht, und die Liebe dazu hat ſie hineingeſtürzt. Dieſe haben in der That ihren deutſchen Magen mit welſchen oder ſpaniſchen Wein ſo erwärmt, bis ſie mit der Wärme zugleich auch die Seele ausgejagt.

Es verräth dieſelbe oder doch eine nicht viel geringere Unmäßigkeit, wenn man an den heiſſen Hundstagen den hitzigen, ſiedenden Magen auf dieſe Weiſe zu erfriſchen ſucht. Zuerſt rafft man einen Haufen Salat zuſammen und ſchiebt ihn hinab. Darauf wird eine Kanne Bier oder Wein von gedörrten Schlehen aufgeſetzt; dem folgen Gurken, und um dieſen Durchgang zu verſchaffen dient Milch oder mit Eis gekühlter Wein. Dieſe Arznei pflegt ſo heilſam abzukühlen, daß ſie innerhalb drei oder vier Tagen den Menſchen zu dem großen Haufen ſchickt. Ebenſo wie die Kälte von Kirſchen und Kukummern, ſo bringt auch die Hitze von Wein und Gewürz, wenn ſie nicht gemäßiget wird,

den Magen um, doch gemeiniglich durch eine langſamere Gewalt. Hier iſt die allerbeßte und allerſicherſte Arznei das Faſten und die Enthaltſamkeit.

Du möchteſt aber vielleicht weiter entgegnen: Ich laſſe mir keine andern als ausgeſuchte und leicht verdauliche Speiſen aufſetzen, die mir weder Hitze noch Kälte verurſachen. Das mag ſeyn. Nichts deſto weniger iſt die Verſchiedenartigkeit der Speiſen der Geſundheit ganz und gar zuwider; was Geſundes an der Nahrung ſeyn mag, das verdirbt der Ueberfluß. Jenes alte Sprichwort: „Nicht zu viel“, wird bei einer ſo angenehmen Menge der Speiſen ſchwerlich gehalten; das „zu viel“ iſt aber immer gefehlt. Holz unterhält das Feuer, erſtickt es aber auch, wenn man allzuviel oder zu naſſes hinzulegt; ebenſo iſt auch zu viel Speiſe, wenn ſie dem Magen nicht angemeſſen iſt, mehr erſtickend als erquickend. Chryſoſtomus ſagt: „Auch die Speiſe, wenn man mehr davon zu ſich nimmt, als verdaut werden kann, zieht dem Leibe Krankheiten zu. Denn woher kommt das Podagra, woher zitternde und ſtarre Leiber, als vom unmäßigen Genuße der Speiſen? Bei allen dieſen Zuſtänden ſteht über das Faſten und die Mäßigkeit nichts auf, denn dieſe bewirkt durch Entziehung der Speiſen, daß die natürliche Wärme wirken kann. Ein altes, aber wahrhaft prophetiſches Wort lautet:

Willſt vom Rheuma du geneſen
Und geſund bald ſeyn:
Lebe mäßig, ſchlafe wenig
Und entbehr' den Wein.

Leideſt du an Flüſſen (Katarrh), ſo hilf dir mit der Arznei des Hungers und Durſtes, hüte dich vor langem Schlafen. Halte ein, halte ein:

Viele Speiſen machen dir
Viele Leiden, glaub es mir.

Die Mannigfaltigkeit nährt nicht, ſondern mehrt die Unreinigkeit. Was man durch den Gaumen gefehlt, bringt das Faſten ohne Mühe zurecht. Die Enthaltſamkeit macht wieder gut was man ſich durch viele Mahlzeiten geſchadet. Dieß alte Verslein iſt ſo ganz wahr:

Wo der Herzensfriede thront,
Wo Enthaltſamkeit auch wohnt,
Da bleibt Kränklichkeit auch fern;
Die Geſundheit lobt den Herrn.

Es iſt gewiß: bei vielen Speiſen giebt's Schwachheit und Uebligkeit, wer aber mäßig iſt, lebt deſto länger. Die Eßluſt iſt eine Betrügerin. Sie lügt und betrügt leicht, wenn ihr eines leichtgläubig Gehör giebt. Aus dieſem Grunde hat es ſich Hugo Victorinus zum ſtrengen Geſetze gemacht, nichts Genießbares zu berühren, wenn es nicht der Anſtand oder die Nothwendigkeit erforderte. Denn nur ſo viel Speiſe und Trank ſoll man zu ſich nehmen, daß die Kräfte geſtärkt, und nicht untergraben werden. Die Luſt bekömmt nie genug, weiß von keinem Maaße, betrügt gar ſehr und weiß durch Scheingründe zu hintergehen. Daher iſt oft nicht der

Digitized by Google

Gebrauch der Dinge, ſondern die Leidenſchaft und Begierde womit man ſie gebraucht, zu tadeln. Ein weiſer Mann kann von einer koſtbaren Speiſe genießen, ohne deßhalb unmäßig zu ſeyn; während thörichte Leidenſchaft ſchon bei einem ſchlechten Kraute entbrennt. Nach dem Zeugniße Gregors bewahrt ſich nur der vor unerlaubten Genüſſen, der ſich manchmal auch in erlaubten Abbruch thut. Auguſtinus beſtätiget dieß: „Wer ſich nie in erlaubten Dingen Abbruch thut, iſt den unerlaubten ſehr nahe.“ Sich ſatt trinken, iſt erlaubt, betrunken werden aber nicht. Darum beſchränken vernünftige und geſittete Menſchen, um von dem ſchändlichen Laſter der Trunkenheit recht ferne zu ſeyn, auch die Erlaubniß ſich ſatt zu trinken, in etwas. —

V. Kapitel.

Faſten iſt die beßte Arznei.

Ein altes aber weiſes Sprichwort ſagt über die Erhaltung der Geſundheit alſo:

Willſt du immerdar ſtets lieben
Der Geſundheit hohes Glück,
Suche fleißig dich zu üben,
Sey getreu in dieſem Stück:
Doch ſollſt du nichts übertreiben
Und bei wenig Nahrung bleiben.

Hierin liegt eine dreifache Ermahnung: **Erſtens** wer einen geſunden Leib haben will, übe ſich:

Digitized by Google

Faule, träge, volle Leute
Sind des Müßigganges Beute:
Gleich dem Waſſer im Moraſt,
Das gar bald die Fäulniß faßt.

Immer ſitzen, immer im Bette liegen, oder über den Büchern ſitzen, nie das Zimmer verlaſſen, verdirbt die Geſundheit unvermerkt. Aber du ſollſt auch nicht mit einem Hunde in die Wette laufen, die Bewegung des Körpers ſoll mäßig und nicht zu heftig und gewaltſam ſein. Gehen, Reiten, Waſſerfahren, Arbeiten, auch Laufen iſt nützlich, aber der Schweiß darf nur zum Vorſchein kommen, und nicht fließen, wie die Aerzte allgemein behaupten. Gewaltſame Bewegungen ſind nicht geſund. Endlich ſollſt du dich mit wenig Speiſe begnügen, dieſe letzte Erinnerung iſt die beßte. Hievon haben wir im vorigen Kapitel begonnen, und wollen jetzt die oben angeführten Urſachen und Beweiſe durch mehrere andere bekräftigen, um Jedermann zu überzeugen, daß der Ausſpruch auf dem feſten Grund der Wahrheit ſtehe:

„Die Mutter der Geſundheit
Sind Faſten und Enthaltſamkeit.“

§. 1.

Nächſt Syrach ſollen, um die Sache auf einen doppelten Grund zu ſtützen, alle gelehrten Männer mir für die Wahrheit des Geſagten Zeugniß geben. Ich will nach meiner Gewohnheit nicht alle anführen,

Digitized by Google

ſondern nur eine Auswahl treffen. Es lebte im Jahre der Welt 3573, zu den Zeiten des Socrates, Parmenio, Sophocles, vor Chriſti Geburt 1700, Hippocrates aus der Inſel Coa, ohne Zweifel der vorzüglichſte unter den Aerzten in Macedonien, unter dem König Perdiccas; er erreichte das hundert und vierte Jahr, ſchrieb unzählig Vieles. Galenus machte ein Regiſter über ſeine Bücher nach dem A, b, c, und alle ſeine Schriften ſind zu Baſel, Venedig, zu Lyon in den Jahren 1538, 1544, 1552, 1580 und 1582 in den Druck gekommen. Dieſer ſo große Mann gab eine dreifache Lehre zur Erhaltung der Geſundheit. 1) Fleißig zu arbeiten, 2) den Leib mit Speiſen nie ganz zu ſättigen, 3) den Saamen bei ſich zu behalten. Dahin lautet ſein Ausſpruch: „Je mehr du den unreinen Leib nähreſt, deſto mehr ſchadeſt du ihm. Wenn man mehr Speiſe zu ſich nimmt, als die Natur ertragen kann, zieht man dadurch eine Krankheit herbei. Ein Leib, der viele Feuchtigkeiten hat, ſoll faſten.“ Hippocrates hält alſo die Mäßigkeit für die allerbeßte Arznei und für die Mutter der Geſundheit. Dieſem ſehr alten Schriftſteller wollen wir einige neuere beifügen. Caſtor Durantes, ein ſehr berühmter Arzt aus Italien, lobt den Faſan als einen Vogel von vorzüglichem Fleiſche, von ſehr gutem Safte, und empfiehlt ihn als eine Speiſe, die vor allen andern äußerſt wenig Unrath erzeugt. Wenn du aber, ſagt er, mehr als ſich gehört davon genießeſt, ſo wird er ſchädlich und treibt die Flüße des Podagra. Damit er dir nun nicht ſchade,

Digitized by Google

ſo iß weniger, und ſchicke einen Theil davon einem armen Kranken. Es iſt ganz gewiß, eine große Menge Speiſen, und ſeyen es auch die ausgeſuchteſten, iſt ſchwer zu verdauen, beſchwert den Leib, macht ſchläfrig, träg und durſtig, unzählig viele Nachtheile folgen darauf.

Der ſehr berühmte Arzt Johannes Jakobus Wecker, führt mehrere ſolche an: Viele Nahrung, ſchreibt er, obſchon ſie gute und viele Säfte hat, erzeugt doch kalte Krankheiten. Denn das Uebermaaß ſowohl an Speiſe als Trank iſt ſehr ſchädlich; und ſehr viele Menſchen ſind ſchon in Folge derſelben geſtorben. Der Ueberfluß an Nahrung erſtickt die natürliche Wärme unſers Leibes, wie das Ueberladen mit Holz das brennende Feuer, und zu viel Oel die brennende Lampe. Daraus entſtehen rohe Feuchtigkeiten, Drücken des Magens, Rülzen, Verſtopfung von Milz und Leber, der Stein in den Nieren, melancholiſche Traurigkeit und flüßige Krankheiten, bösartige Geſchwüre, Eckel, Magen- und Darm-Fluß, Schwächung des Verſtandes und aller andern Geiſteskräfte, Grimmen, Unordnung in den innern Wegen und Syſtemen. Siehe da den Wulſt von Uebeln der nicht zu beſchreiben noch zu vertilgen iſt. Aber wider dieſe Ungelegenheiten alle ſind Faſten und Mäßigkeit die allerbeßte und trefflichſte Arznei.“ Karl Piſo aus Lothringen, der Leibarzt des Herzogs Heinrich II. handelt in einer gelehrten Schrift von der Heilung des Podagra: „Obſt ſoll ein Solcher durchwegs verabſcheuen, im Eſſen und beſonders im Trinken ſehr mäßig ſein, und das Abendeſſen öfters entbehren. Die

älteſten und neueſten Doktoren bezeugen alſo einhellig: „Wer mäßig iſt, wird deſto länger leben.“

„Die Mutter der Geſundheit
Sind Faſten und Enhaltſamkeit.“

Daß man aber den Aerzten hier mit Fug und Recht Glauben beimeſſen dürfe, bezeugt uns der goldene Mund Chryſoſtomus, der das Faſten mit den höchſten Lobſprüchen erhebt: „Du findeſt aber, ſchreibt er, wenn du die Sache aufmerkſamer betrachteſt, daß du dadurch deine Geſundheit bedeutend kräftigeſt, dein Ausſehen verſchönerſt. Und willſt du meinem Worte keinen Glauben ſchenken, ſo frage hierüber Jene die ſich mit der Arzneikunde beſchäftigen, und ſie werden es deutlich beweiſen, warum ſie die Mäßigkeit eine Mutter der Geſundheit nennen.“

Soll ich hier nicht mit dem Hohenprieſter zu Jeruſalem ausrufen: „Was brauchen wir weitere Zeugen? ihr habt es ſelbſt gehört.“ (Mth. 26, 65). Daher ſchließen wir mit Recht. Wenn Einer alles wüßte, was ein Hippocrates, Galenus, Avicenna und andere ſpätere Aerzte an Erfahrungen gewonnen und ſchriftlich hinterließen, wenn er die geheimen Kräfte der Kräuter, Steine und Säfte genau kennen würde, dem wäre nichts deſtoweniger zur Erhaltung ſeiner Geſundheit die Tugend der Enthaltſamkeit viel nützlicher und er würde dabei ſein Leben mehr verlängern als durch alle Wiſſenſchaft wenn er das Faſten unterließe. O guter Gott, wie vielen tauſend Kranken wäre weit beſſer ge-

Digitized by Google

rathen, wenig zu eſſen, oder wohl ganze Tage über ſich der Speiſe zu enthalten, den Trunk nicht ſo hinein⸗zuſchütten, ſondern ganz langſam zu trinken als ſo viel Pillen zu verſchlucken, ſo viele Säfte zu lecken, ſo viele Arzneien, ja ganze Apotheken zu verſchlingen! Ich kannte viele vornehme Perſonen, die ſich durch ſo künſt⸗lich zubereitete und immer wiederholte Arzneien ſchön ſanft ſchlafen gelegt, von denen ich gewiß überzeugt bin, daß ſie ihre völlige Geſundheit wieder erlangt hät⸗ten, wenn ſie nur zwei oder drei Tage hätten Hunger leiden wollen.

Wer ſeines Leibes Diener iſt,
Geſundheit wahrlich nicht genießt.

Aber wir, ſo gerne wir auch leben, wollen doch lieber ſterben, als Hunger leiden. Da lobe ich mir die wälſchen Aerzte, weil ſie, in der That höchſt ver⸗ſtändig, alle Kranken mit der Faſtenkur behandeln. Mit dieſer Karthaune greifen ſie den Feind an. Das iſt ſehr billig. Denn da beinahe alle Krankheiten ih⸗ren Urſprung von der Fülle oder Ungleichheit haben, ſo ſoll mit Recht jede Kur durch Faſten und Mäßig⸗keit begonnen werden. Wer mäßig iſt, wird deſto län⸗ger leben, Mäßigkeit iſt die Mutter der Geſundheit. (Eccl. 37. 34).

Weißt du was dir ſtarken Körper giebt?
Wenn dein Magen nicht zu viele Speiſen liebt.

Digitized by Google

§. 2.

Den Ausſprüchen der Weiſen füge ich bei die Beiſpiele ſehr gelehrter Männer, die es auch in der Heiligkeit ſehr weit gebracht. Ich würde zu weitläufig, wenn ich hier eine Geſchichte derjenigen ſchreiben wollte, die durch ſtrenge Mäßigkeit, durch vieles und ununterbrochenes Faſten ihr Leben bis an achtzig, neunzig, hundert und mehr Jahre gebracht haben. Nur einige ſollen erwähnt werden und zwar vom höchſten Stande. Der Kaiſer Aurelianus hat ſechzig Jahre gelebt, nie eine Arznei genommen, nie ſich zur Ader gelaſſen, wie oben gezeigt wurde; ſondern ſtatt aller Arznei diente ihm dieß, daß er täglich eine Stunde ſpazieren gieng und in gewiſſen Mònaten einen ganzen Tag von Speiſe und Trank ſich enthielt. Der Kaiſer Auguſtus hat das römiſche Reich ſechsundfünfzig Jahre lang regiert, ſtarb im ſiebenundſiebenzigſten Jahre ſeines Alters, und aß und trank doch äußerſt wenig, wie Suetonius berichtet. Plato wurde achtzig Jahre alt, weil er mäßig zu Mittag, und Abends nichts aß; Hermodicus, dem die Kräfte ſchwanden und die Auszehrung bevorſtand, hat durch ſeine ordentliche Lebensweiſe bei ſparſamer Koſt das hundert und fünfte Jahr erreicht.

Weit erhaben über dieſe Beiſpiele ſtehen jene, welche das Chriſtenthum aufzuweiſen hat. Hilarion war von ſchwächlicher Körperbeſchaffenheit und wurde, ob er gleich viele Jahre hindurch nie etwas zu Mittage aß, täglich nur Abends, und da wenig zu ſich nahm, doch vierundachtzig Jahre alt. Auguſtinus und Hiero-

Digitized by Google

nymus haben es faſt eben ſo weit gebracht; Paphnutius, Macarius, Franziskus von Paula ſind im neunzigſten Jahre geſtorben. Antonius hat das hundertſte, Ulrich, Biſchof zu Patavia, das hundert und fünfte Jahr erreicht; Simeon Stylites das hundert und zehnte, Paulus der I. das hundert und dreizehnte, Arſenius und Romualdus das hundert und zwanzigſte, alle durch ſehr ſtrenges und immerwährendes Faſten. Ich ende nun damit, dieſe gefeierten Namen aufzuzählen, denn meine Abſicht iſt nicht hier ein Regiſter anzufertigen, weil an einem andern Orte etwas ausführlicher davon die Rede ſeyn wird. Genügen dieſe Beiſpiele nicht? Was bedürfen wir mehr Zeugen?

Hier frage ich alle unmäßigen Eſſer und Trinker auf das Freundlichſte, wie doch Hippocrates das hundert und fünfte, Galenus das hundert uud zwanzigſte Jahr ihres Lebens erlangen konnten? Iſt dieſes bei Eß- und Trinkgelagen, oder vielmehr durch Mäßigkeit und Faſten geſchehen? Sie haben fürwahr ſtrenge gefaſtet. Von Galenus iſt bekannt, daß er nichts Rohes, weder Frucht noch Obſt aß und allzeit hungerig vom Tiſche aufſtand, was der hl. Hieronymus einem dreitägigen Faſten vorzieht. Was Hippocrates Andern rieth, hielt er auch ſelber aufs genaueſte, und gelangte dadurch zu einem ſo hohen Alter. Und dieſe Leute haben gefaſtet nicht Chriſto, nicht dem Himmelreiche, ſondern der guten Geſundheit und dem langen Leben zu lieb. Zeno Citticus, wie Suidas ſchreibt, ſtarb im neunzigſten Jahre ſeines Alters, und enthielt ſich gar

oft der Speiſe ſo ſehr, daß er vor Hunger ſchwach wurde. Daher kommt jenes alte Sprichwort: „Enthaltſamer als Zeno.“ Er ſtarb ohne jemals krank geweſen zu ſein, woran ſeine ſo große Mäßigkeit und Sparſamkeit im Eſſen Urſache war.

Der weiſe und göttliche Plato ſchrieb an die Verwandten Dions, wie Cicero berichtet, unter andern folgendes: „Es gefällt uns keineswegs, daß man ſich zweimal des Tages ſatt eſſe.“ Daher pflegte Timotheus, des Plato Freund zu ſagen: „Mit Plato zu Abend eſſen iſt der Geſundheit ſo wenig ſchädlich, daß man den andern Tag wieder bei ihm könnte Gaſt ſein, und weder Kopf noch Magen beſchwert fühlte.“ So war das Abendeſſen der Weiſen beſchaffen, und zwar war dieß ihre einzige Mahlzeit den Tag über, die weder den Schlaf, noch das frühe Studieren vor Sonnenaufgang hinderte.

So hat auch Maſſiniſſa, König von Numidien, ſein Leben eingerichtet; denn er aß nur einmal des Tages und zwar ohne Gewürz und Brühe, was er noch im neunzigſten Jahre beobachtete; auch pflegte er, wie Frontinus bezeugt, gemeiniglich ſtehend oder im Lager auf und abgehend vor dem Zelte, Mittag zu halten. Nicht anders that Mithridates, König in Pontus, der auch im Alter zum Mahle ſich nicht niederſetzte, auch nicht niederlegte, wie es dort Sitte iſt, ſondern ſtand. Dadurch bewies er, daß er ſchleunig und ohne Zeitverlurſt thun wolle, worauf andere ſo viele Zeit und ſo vielen Fleiß und Genauigkeit verwenden.

Digitized by Google

§. 3.

Hier möchteſt du vielleicht einwenden: Was vor uralter Zeit geſchah, iſt nunmehr aus der Mode gekommen; ferners iſt auch in wärmern oder kältern Ländern, wo die Luft geſünder oder ſchädlicher iſt, die Speiſe ganz verſchieden von der unſrigen, ſtärker oder ſchädlicher. Wir wohnen gegen Mitternacht und in dem kalten Deutſchland; was iſt es denn Wunder, wenn wir ein wenig gefräßiger ſind als ſie? So vernehme ich. Darum ſey nun die Rede von unſerer Zeit und von ſolchen, die uns bekannter ſind.

Vor wenigen Jahren hat Ludovicus Cornarus zu Venedig ſein Leben geſund, und kräftig beinahe bis an das hundertſte Jahr durch folgende Lebensweiſe verlängert. Viele Jahre hindurch aß er den ganzen Tag über nichts als ein wenig Suppe, ein Stücklein Brod und ein einziges Ei, oder was daſſelbe iſt, er lebte täglich von vierundzwanzig Loth Speiſe und von nicht mehr als achtundzwanzig Loth Wein, dem vierten Theile einer Maaß. Dieſe nüchterne Lebensweiſe, die er beſtändig ſo fortführte, war Urſache, daß er in ſeinem achtzigſten Jahre ganz geſund, uud wie ein junger Mann zu allen Uebungen des Leibes fertig und kräftig war, und im fünfundneunzigſten Jahre als ein munterer Greis noch Bücher in den Druck gab.

Fürwahr, wir verſtehen und glauben nicht, was die Mäßigkeit für eine Kraft habe, wir wagen es nicht auch nur einen Verſuch anzuſtellen, und ſind zu unſerm eigenen Verderben zu beſorgt. Ich würde auch

Digitized by Google

eine vergebliche Mühe haben und mich dem Gelächter Preis geben, wenn ich ſolche Leute überreden wollte, die Speiſe nach dem Gewichte zu ſich zu nehmen, täglich nicht über 24 Loth Speiſe und 28 Loth Getränk zu gebrauchen. Dieß habe ich auch nicht im Sinne, ſondern ich will nur beweiſen, welches Verdienſt und welche Kraft dem Faſten inwohne.

Es diene hiefür folgendes Zeugniß: Ein ſehr anſehnlicher und geachteter Mann hat mir geſtanden, er habe in Wälſchland ein ſtarkes Fieber gehabt und nach der Verordnung der Aerzte täglich eine Brodſuppe gegeſſen, und wenn er ſich recht gütlich thun wollte, habe er noch ein Ei hinzugefügt. Auf dieſe Weiſe habe das Fieber innerhalb vierzehn Tagen ihn verlaſſen, durch keine andere Arznei, als durch den Hunger. Das Fieber kann den Hunger nicht ertragen, eher wird es ſeine Herberge verlaſſen, als Hunger leiden lernen.

Das nämliche hat ein berühmter nnd ſehr gelehrter Mann von ſich ſelbſt erzählt, aus deſſen eigenem Munde ich es gehört: „Ein bösartiges Fieber hatte mich ſehr heftig ergriffen, und es ſchien, als wollte es ſeinen Gefangenen elend und lange plagen. Ich wußte einen heilſamen Rath, und nahm mir alles Ernſtes vor zu faſten, habe auch drei ganze Tage nicht ſo viel gegeſſen, als in ein mittelmäßiges Schüßlein geht, und dadurch dem Fieber alle Adern abgehauen; denn nachdem dieſelben vorüber waren, war es wie ein flüchtiger Schatten verſchwunden. Daher

Digitized by Google

greiſt die italieniſche Arzneikunde, wie ich geſagt, alle Krankheiten durch die Bank mit Hunger und Faſten an. Zur Zeit des Kaiſers Nero lebte ein Arzt, Theſſalus genannt, der allen Kranken anfangs ein dreitägiges Faſten verordnete. Dieſes war recht und heilſam. Aber ach, wie viele gibt es, die lieber krank ſein, als auf ſolche Art wieder geſund werden wollen!

Zur Beſtätigung alles deſſen füge ich noch bei: Ich ſelbſt habe ſehr Viele gekannt, die bis in das achtzigſte, neunzigſte Jahr und noch weiter es gebracht haben, von denen man wohl ſagen könnte, daß ſie, wenn ſie länger gezecht, kürzer gelebt hätten. Länger zechen nenne ich, wenn man nach Luſt Speiſe und Trank zu ſich nimmt, wenn die Luſt zu trinken mehr gereitzt wird, wenn man ißt und trinkt bis man genug, ja bis man mehr als genug hat. So bereitet man ſich zwar eine lange Tafel, aber ein kurzes Leben.

Vor einigen Jahren faßte ein ſehr angeſehener Mann, der, wie ich mich erinnere, von dem Kaiſer an alle Fürſten in Europa als Geſandter geſchickt worden war, den heiligen Entſchluß und trat in den geringſten Orden der Societät Jeſu; aber er brachte das gehäßige Podagra als Gaſt mit ſich, das beinahe allein ihn vom Ordensleben immer abgehalten. Da er aber nach Verlauf eines Jahres im Orden bei kurzer Tafel geſeſſen, wenig Säure genoſſen und mehr mit Brühen und Suppen ſich begnügte, nahm das zärtliche Podagra über eine ſo ſchlechte Wart ungeduldig den Abſchied, oder wenn es wieder kam, geſchah

Digitized by Google

ſolches nur verſtohlener Weiſe, um ihn zu verſuchen. Indem ich dieſes ſchreibe, lebt dieſer Ordensmann noch zu Rom und iſt mir ſehr wohl bekannt, ich könnte ſeinen Brief an mich vorzeigen. Fieber, Podagra und alle andern Krankheiten wollen lieber weichen und ferne bleiben, als Hunger leiden. Zur Beſtätigung deſſen folgendes Beiſpiel:

§. 4.

Ludwig von Granada, ein ſehr gottesfürchtiger und beredter Schriftſteller, erzählt im Buche von der Andacht eine ſehr wunderbare und wahre Geſchichte: Indem ich dieſes ſchreibe, war in Wälſchland ein Mann vom Chiragra und Podagra gar jämmerlich geplagt, denn er konnte auch kein einziges Glied rühren. Er hatte einen Feind, der ihm heimlich nachſtellte, ſeiner endlich habhaft wurde und in einen Thurm ihn ſperrte. Hier bekam er täglich nichts, als einen Biſſen Brod, und einen Trunk lauen, faulen Waſſers. Das war ſeine ganze Mahlzeit, wenig Brod und Waſſer. Bei dieſer Koſt lebte er vier Jahre. Als ſich die Zeiten änderten, wurde er aus dem tiefen Gefängniſſe entlaſſen, geſund, friſch und ſtark, ohne Chiragra und Podagra, und ſah auf das Beßte aus. Er lebt noch, ſagt Ludwig von Granada, und dankt dem Thurme und dem Hunger viel tauſendmal, und verrichtet noch täglich ſein andächtiges Gebet zu Gott auf den Knieen, der ihn in ein ihm ſo heilſames und nützliches Gefängniß brachte. Glauben wir dieß? Ich zweifle faſt

Digitized by Google

daran. Indeſſen iſt es doch gut, daß man deßhalb ſich nicht irre machen läßt, nnd dem Bauche nichts von dem ſeinigen entzieht, ein gutes Eſſen und ein guter Trunk ſchmecken wohl. Was ſoll ich hier anders ausrufen: (Virg. I. Eclog.) „Geht nun nach Hauſe ihr ſatten Ziegen, gehet, thuet euch gütlich und laſſet es euch wohl ſein, was auch immer für eine Krankheit darauf folgen mag, was immer für eine Strafe in der Ewigkeit auf euch wartet. Eine köſtliche Mahlzeit iſt gut, keinen Hunger leiden, iſt gut, allen Mangel von der Thüre abweiſen, iſt gut.

Ich bitte dich lieber Leſer, ſchlage dir die Schule der Geduld auf, und ſchaue hin auf den Podagraiſchen Pechius, der neunzehn Jahre in einer Höhle, fern von aller Welt nur von Waſſer und Brod lebte, und dadurch das Podagra ſo vertrieb, daß er ſein ganzes Leben hindurch nie mehr davon zu leiden hatte.

Und was wir da erzählt, überſteigt nicht die Kräfte der Natur. Hätte ich einen Daniel, einen Ananias, Azarias, Miſael und ihres Gleichen angeführt, würde bald Jemand ſchreien: „Das iſt nichts Natürliches, das überſteigt die Kräfte des Menſchen.“

Ihr ſelbſt, die ihr dieſes leſet, ſehet euch um, und blicket ſolche aus eueren Bekannten an, die an Speiſe und Trank und an koſtbaren Biſſen Ueberfluß haben, die gut und viel eſſen, nie einen Hunger leiden, den Durſt für Sünde halten, ſehet ſie an: Ach, wie wenig unter ihnen erreichen das ſiebenzigſte, wie weit weniger das achtzigſte Jahr. Nicht die Arbeiten

Digitized by Google

und Beſchwerden kürzen ihnen das Leben, ſie eſſen gut, kleiden ſich bequem, wohnen gemächlich, ſchlafen ſanft, treiben immer Kurzweil und werden doch ſehr ſelten alt; da hingegen ſo viele tauſend Arme, die ſpärlich eſſen, ſchlecht gekleidet ſind, ärmlich wohnen, auf harter Streu liegen, nicht genug ſchlafen, unausgeſetzt arbeiten, zu keiner Unterhaltung auch nicht von Weitem kommen, und ob es ſchon ſcheint, ſie ſeien von täglichem Schwitzen und Faſten kraftlos und erſchöpft, doch gar oft das achtzigſte, neunzigſte, hundertſte Jahr, ja noch mehr erreichen.

§. 5.

Mäßigkeit iſt die zuverläßigſte Arznei. Es kommt oft die ſchwere Frage vor, was es heiße, nach des Arztes Vorſchrift leben? Wir wollen hier ein artiges Geſchichtchen erzählen: Pyrrhiniculus, ein Gaskonier, machte eine Reiſe und kam bei hereinbrechender Nacht ganz ermüdet in einer armen Herberge an. Das Nachtmahl wurde aufgetragen, zuerſt Kraut, zuletzt Kraut, Kraut in der Mitte. Dazu kam auch etwas Wein, aber ſo gewäſſert, daß wohl davon nichts zu befürchten war. Am Schluße dieſer Mahlzeit, die faſt keinen Anfang hatte, rief der witzige Gaſt den Wirth zu ſich und ſprach: „Ich bitte dich, laß mir den Arzt kommen.“ Der Wirth entgegnete: „Was begehrſt du einen Arzt in einem ſchlechten Dörflein? wir kennen ſolche Leute nicht.“ Der Gaſt lächelte und ſprach: „Kennſt du denn dich ſelbſt nicht? Du haſt mir ein

Digitized by Google

medizinaliſches Mahl vorgeſetzt. Ich erkenne, daß da für die Geſundheit ſehr wohl geſorgt iſt. Damit nun der Lohn deiner Bemühung entſpreche, ſo empfange deine Bezahlung nicht für die Zeche, ſondern für die ärztliche Verordnung und Zubereitung.«

Ein ſparſames Mahl übertrifft jede Arznei. Das heißt nach des Arztes Vorſchrift leben. Hierin zeigt ſich das unvernünftige Thier oft klüger als der Menſch. Wenn der Schlange das beſchwerliche Alter naht, faſtet ſie mehrere Tage, um die alte Haut abzuſtreifen. Wenn der Löwe und Wolf zu viel zu ſich genommen, nehmen ſie auch, um Krankheiten vorzubeugen, zu dieſem Mittel ihre Zuflucht. So beſchämt ſelbſt das unvernünftige Thier die Eßluſt des Menſchen. O Eßluſt! du biſt die Thüre aller Laſter, du Urſache an dem Falle Adams, der Ruin der Geſundheit, du die Urſache an dem Sturze Eſaus, an dem Untergange der Iſraeliten, du eine nur gar zu gewaltſame und und verderbliche Gebieterin der Menſchen! Der alte Satyriker zürnt billig alſo darüber: (Juvenal I. v. 140.)

Das muß wohl ſeyn ein weiter Magen,
Der ſich ein Wildſchwein läßt auftragen;
Doch warte nur, es folgt die Pein,
Es wird dich ſicher bald gereu'n.
Leg hin dein Kleid und ſieh dich an,
Wie du geſpannt daſteheſt,
Und deinen Leib ſo bläheſt.
Nun geheſt du in's Bad hinein
Eh' noch dieß wird verdauet ſeyn:

Digitized by Google

Daher der Schlag dich überfällt,
Und dich hinwegnimmt von der Welt.

Als könnte der Bauch, will er ſagen, nicht genugſam ausgefüllt werden, man trüge denn ganze Wildſchweine auf. Doch iſt bei der Schlemmerei das Gute, daß ihr die Strafe auf dem Fuße nachfolgt. Nimmt man zu viel Speiſe, ſo bleibt ſie roh und unverdaut. Und trägt der ſo angefüllte Magen dieſe koſtbaren Biſſen von Pfauen, Hühnern, Kapaunen, Enten und andern Vögeln noch unverdaut in das Bad oder in's Bett, ſo entſtehen mancherlei rohe Feuchtigkeiten, viele Krankheiten und zuletzt folgt ein frühzeitiger Tod. Die einzige Urſache hievon ſind dieſe guten Biſſen.

Darum wenn man einen Hund in die Flucht treiben will, muß man ihm einen Stein zeigen; wenn der Topf beim Feuer überläuft, Holz abnehmen; ſchlägt das Pferd aus, muß man ihm weniger Futter geben; iſt das Fleiſch widerſetzlich, muß man es durch Faſten bezwingen. Wir brauchen keine weiteren Zeugniſſe mehr. (Eccli. 37. 34.) „Wer mäßig iſt, lebt deſto länger.“

Die Mutter der Geſundheit
Sind Faſten und Enthaltſamkeit.

Was fürchten wir uns demnach vor einem geringen Hunger, die wir zum ewigen Hochzeitmahle gehen wollen? Was erſchrecken wir vor dem Faſten, die wir im Himmel mit Nektar und Ambroſia geſättiget werden ſollen, wenn die Herrlichkeit des Herrn erſcheinen wird?

Digitized by Google

IV. Kapitel.

Das edle ſpartaniſche Faſten dient allen Speiſen zur Würze.

Annaeus Seneca, einer der erſten Gelehrten, ein leuchtendes Muſter der Sittenreinheit, hat nicht nur Andere zum Faſten aufgemantert, ſondern ſelbſt gefaſtet, und weit ſtrenger, als er andern es angerathen. — Er hatte unter ſeinen Freunden einen reichen und liebevollen Edelmann, den Lucilius, mit dem er in Briefwechſel ſtand, und die Mäßigkeit oft mit dieſen Worten empfahl: „Ueberlege bei dir, was nicht nöthig, und was überflüßig ſei. Die Nothwendigkeit, nicht die Luſt ſoll dich beſtimmen. Hielten die Menſchen ſich an dieſe goldene Lehre, ſo würde Niemanden zu wenig ſein, was hinreichend iſt.“ Weiter fährt er fort: „Ich will auch die Kraft und Feſtigkeit deines Willens verſuchen, und ſchreibe dir nach dem Rathe großer Männer vor: Wähle dir einige Tage, an denen du mit äußerſt weniger und ſchlechter Koſt dich begnügeſt und ein rauhes Kleid trageſt, nnd du wirſt dann ſagen: Warum trägt man doch davor ſo große Scheu? Bei allen Mahlzeiten übten manche die Armuth, und ſo kam ihnen nicht unvorbereitet der Mangel und die Entbehrung, weil ſie darin ſich geübt. Und dieſes ſollſt du drei oder vier Tage, oder noch länger fortſetzen, damit es nicht ein Kinderſpiel, ſondern ein ernſtlicher Verſuch, eine Probe ſei. Alsdann wirſt du, glaub' es mir Lucilius, dich um ein paar Kreu-

Digitized by Google

zer ſättigen und dabei fröhlich ſein. Doch brauchſt du deßhalb dir nicht einzubilden, etwas Großes zu thun, weil dieſes unzählige Sklaven, viele tauſend Arme thun. Es wird dir eine fortgeſetzte ſolche Lebensweiſe auch nicht ſchwerer ankommen, als der manchmalige Verſuch. Das Verdienſt beſteht nur darin, daß du es freiwillig thuſt. Wenn wir nur Waſſer und Brod haben, dann wollen wir den Jupiter fragen, ob er glückſeliger ſei als wir.“

Iſt nicht Seneca ein Lobredner des Faſtens und des Hungers, wenn er ſeinen Zuhörern ſchwarzes Brod und den nüchternen Waſſerkrug mit folgenden Worten empfiehlt: „Was iſt es Großes, lieber Lucilius, wenn du die Auſtern, Champignons und koſtbaren Schwämme, die Feldhühner und Kappaunen, die afrikaniſchen Hühner und Faſanen, die Schildkröten und Biberſchwänze, die Bärenklauen und endlich des Jupiter Hirn nicht begehreſt; alsdann ſcheinſt du mir etwas Großes gethan zu haben, wenn du ſchwarzes und ſchimmlichtes Brod nicht verſchmäheſt, wenn du dich zu überzeugen ſucheſt, Kraut und Gras wachſen nicht allein für die Thiere, ſondern auch für den Menſchen, wenn du überhaupt mit Wenigem dich zu begnügen gelernt haſt. Die Mäßigkeit, die er Andere lehrte, hat er ſelbſt geübt.“ Aelianus berichtet, Epicur von Gargetta habe dieſes Sprichwort im Munde geführt: „Dem genügt nichts, der mit Wenigem nicht zufrieden iſt. Wenn ich nur ein wenig Suppe, ein Krüglein Waſſer habe, möchte ich dem Himmel ſelbſt

trotzen und dem Jupiter ſpotten.“ Dieſe Liebe zur Mäßigkeit und zum Hunger hat den Weltweiſen nur die Vernunft gerathen. Wir aber bauen auf einen feſtern und heiligern Grund.

Wir haben bisher dargethan, daß das Faſten das einzige und vorzüglichſte Bewahrungsmittel der Geſundheit ſei, daß das Faſten alle Arzneien übertreffe. Es möchte Jemand den Einwurf machen: „Faſten ſei wohl eine Arznei, aber eine gar bittere und herbe!“ Darauf erwiedere ich: „Faſten dient allen Speiſen zur Würze.“ Und davon ſoll nun die Rede ſein.

§. 1.

Wir brauchen hier nicht viele Beweiſe oder Zeugen aufzuſuchen. Die Erfahrung gilt für tauſend Zeugen, für tauſend Beweiſe. Wer am Samſtag das Nachteſſen unterläßt, dem ſchmeckt die Speiſe den folgenden Sonntag unglaublich wohl, was im Gegentheile nicht der Fall iſt. Das Faſten iſt eine angenehme Würze der Speiſe. Aber hiebei iſt zu bemerken: Wer ſtrenge und lange gefaſtet und ſtarken Hunger gelitten, der hüte ſich vor zu großer Haſt und Eile, er eſſe langſam, ſonſt möchte es ihm ſchädlich ſein, wie wir ſchon oben erinnert haben. Wer ſonach einen ſchreienden Magen hat, der ſpreche zu ſich ſelbſt: Holla gemach, eile nicht, verſchlinge nicht ſo Alles auf einmal, die Speiſe wird dir nicht entgehen; ich bitte dich, iß doch nicht ſo haſtig und eilfertig, wie ein Hund aus dem Nil-Fluß trinkt. Die Speiſe wird

Digitized by Google

dir um ſo viel beſſer bekommen und beſſer ſchmecken, je langſamer du eſſen wirſt. Holla gemach, gemach.

So ißt man mit Appetit und die Speiſe ſchlägt auch gut an. Die Speiſe iſt geſund, wenn man ſie wohl kauet und zermalmt, und ſchmeckt um ſo beſſer, wenn man öfters nicht zu Nacht ißt. Denn wie wir im alten Sprichworte ſagen: „Dem Hungrigen ſchmeckt Alles wie Honig;“ ſo ſind auch nicht nur honigſüße Sachen dem Gaumen angenehm, nein, auch das Haberbrod ſchmeckt einem Hungrigen weit mehr, als einem Geſättigten ein Pfannenkuchen, Zuckerbrod, Honigküchel, ſüße Lebkuchen und die auserleſenſten eingemachten Sachen. Hunger und Faſten ſind die vortrefflichſten Gewürze.

- Dann lehrt uns auch die Philoſophie, Alles, was aufgenommen wird, richtet ſich nach der Beſchaffenheit deſſen, der es aufnimmt. Ich erkläre dieß ſo: Man ſetzt einem Kranken die koſtbarſten Biſſen vor, ſo künſtlich gekocht, geſchmackvoller als alle andern Speiſen, ſo daß ſelbſt die Engel ſie nicht verſchmähen würden; gleichwohl ſchmecken ſie dem Kranken nicht, es eckelt ihm davor, er wirft ſie von ſich und mag ſie kaum anſehen. Warum doch dieß? Die Zunge, der Geſchmack des Kranken iſt verderbt, und mit bösartigem Schleim überzogen, daher ſchmeckt ihm nichts. Es fehlt nicht an den vortrefflichſten Speiſen, aber es fehlt bei dem, der ſie zu ſich nehmen ſoll, darum eckelt ihn die aufgetragene Speiſe an, nnd er genießt nichts davon. Hingegen wird ein Zimmermann, oder

Digitized by Google

Schmid, Einer der ſtarke Arbeiten verrichtet, eine Suppe ohne Augen, ein zerhacktes Kraut, einen Haber-Brei, einen dicken Pfeffer, ein Kirſchengemüſe, ganz begierig und mit großer Luſt eſſen, die Schüßeln mit dem Finger auslecken und reinigen, ja beinahe abnagen; nur das einzige möchte an der Speiſe auszuſtellen ſeyn, daß ſie zu wenig ſey. Dein angenehmes Gefühl alſo, das du beim Eſſen und Trinken empfindeſt, iſt alſo nicht ſo faſt in der Speiſe, als vielmehr im Schlunde zu ſuchen, über welchen Speiſe und Trank paſſiren. Und in dieſem Sinne nur halte ich fürwahr das Sprichwort: „Was ſchmeckt, das nährt;“ in tauſend andern Stücken iſt es falſch. Unzählig viele Dinge ſchmecken uns, aber ſie würden uns nicht nur nicht nähren, ſondern verunreinigen, krank machen und zu Grunde richten.

Sehet aber hier die unergründliche Weisheit Gottes, welcher der Mäßigkeit und dem Faſten den beßten und geſündeſten Appetit verliehen. Da ſagt Salomon: (Proverb. 27. 7.) „Wer ſatt iſt, der tritt Honig mit Füßen. Wem hungert, dem ſchmeckt auch das Bittere ſüß.“ Ein geſättigter Menſch hat nicht nur keine Luſt zu eſſen, ſondern er verſchmäht ſogar die ausgeſuchteſten Biſſen. Hierüber ein Beiſpiel.

§. 2.

Ich erinnere mich, daß vor mehreren Jahren bei der Hochzeit eines adeligen Ehepaares, da allenthalben Freude herrſchte und alle Eingeladenen und Haus-

genoſſen nach Herzensluſt aſſen und tranken, einer unter den Mägden nichts ſchmeckte, und als man ſie mahnte, ſie ſollte zugreifen, an dieſem Freudentage doch auch Antheil nehmen, ſprach ſie, es wäre nichts da, nach was ſie Verlangen trüge. Da man ſie fragte, welche Speiſe ihr die liebſte wäre, ob ſie vom Nachtiſche etwas wünſchte? antwortete ſie: „Mich gelüſtet, den Tiſch ſammt den Tellern umzukehren.“ So tritt freilich, wer geſättiget iſt, den Honigſeim mit Füßen; ſelbſt Zuckerbrod und Honig iſt dem Mäuslein bitter, wenn es ſatt iſt. Nicht anders reden wir, wenn wir ſatt ſind. Mancher ſagt: Ich wollte, daß ich von dieſer Speiſe nie einen Biſſen gegeſſen hätte, ich wollte, ich hätte weniger getrunken, ich wollte, daß alles, was ich genoſſen, wieder durch den Mund heraufginge. Auch wir treten den Honigſeim mit Füſſen, wenn wir mit Speiſe uns überfüllen. Faſten iſt der Speiſen beßte Würze.

Das Angenehme beim Genuße der Speiſen liegt alſo nicht in der Speiſe, nicht in der Geſchicklichkeit des Koches, ſondern im Munde und in der Beſchaffenheit der Körpers-Organe. Es liegt nichts daran, was es für eine Speiſe, wie künſtlich und in welchem Topfe ſie gekocht ſey, ſondern von welchem Gaumen ſie gekoſtet werde. Daher ſchmeckt dem Bauersmanne das ſchwarze Brod und eingeſalzene Kraut beſſer, als einem Müßiggänger und Leckermal ein Huhn, oder ein mit Milch und Semmelbrod gemäſtetes Kappaun. Denn weil er nicht arbeitet, wartet er auch nicht auf den Hunger.

Digitized by Google

Je größer der Hunger, deſto größer der Appetit. Dieſes kann mau auch an ſehr vornehmen Herren bemerken.

Darius, König von Perſien, hatte das Haupttreffen wider Alexander von Macedonien verloren und mußte ſich flüchten. Auf der Flucht überfiel ihn ein ungemein großer Durſt, und als man ihm trübes Waſſer in einem Helme brachte, trank er mit ſolcher Luſt, daß er ſelbſt bekennt, er hätte in ſeinem ganzen Leben keinen beſſern Trunk gethan. Weil er nämlich, wie Cicero ſagt, nie durſtig geweſen war.

Plutarch erzählt, der König Artaxerxes habe auf der ſchnellen Flucht allen Troß zurückgelaſſen und verloren, und in Mangel alles Andern Gerſtenbrod mit etlichen wenigen gedörrten Feigen mit ſo großer Luſt gegeſſen, daß er ſagte: „O Götter, welches ſeligen Genußes habe ich bisher entbehrt!“ Er hat ja niemals Hunger gelitten.

Der König Ptolemaeus hatte in langen Tagmärſchen Aegypten durchzogen und ward gezwungen wider ſeinen Willen in einer armen Hütte einzukehren. Hier ward ſchwarzes, grobes Brod als das vornehmſte Gericht aufgetragen. Der König aß mit größter Begierde, und ſprach: „Ich habe noch nie einen ſüßeren Biſſen genoſſen.“ Der Hunger und das Faſten ſind die allerbeßten Würzen.

Dionyſius, Tyran von Sicilien, ließ ſeinen Mundkoch zu ſich kommen und fing an heftig zu zürnen, daß ihm beinahe keine einzige Speiſe beim geſtrigen

Nachteſſen geſchmeckt hätte, beim Koche müße die Schuld liegen. Dieſer war nicht ohne Witz und ſprach beherzt: „Gnädigſter König und Herr, darf ich, ſo will ich es gleich errathen, wo der Fehler lag, es dünkt mich, das Gewürz ging ab.“ „Was ſagſt du? antwortete der König, ſoll es meiner Küche an Gewürz fehlen?“ „Ja fürwahr,“ ſprach der Koch, „es mangelt an ſpartaniſcher Würze.“ Dieſe beſteht aber in Arbeitſamkeit und Hunger; denn die Spartaner nehmen nie Speiſe zu ſich, wenn ſie nicht gearbeitet und hungerig geworden ſind. Daher kommt jenes Sprichwort der Griechen: „Der Hunger macht ſich und andere Speiſen ſüß.“ So übertrifft denn das Spartaniſche Gewürz weit jenes, das aus Spanien, Indien und China kommt.

§. 3.

In einem gar bekannten Kloſter im Schwabenlande ließ der Abt den Koch in einer ähnlichen Angelegenheit zu ſich kommen und ſprach: „Höre Meiſter Johannes, es werden ſchwere Klagen über dich geführt, und es iſt nicht nur Einer oder der Andere in unſerem Kloſter, der klagt, daß die Koſt ſo ſchlecht ſei, da es doch in der Küche weder an Schmalz, noch an Mehl, noch an Gewürz mangelt.“ Der Koch entgegnete in ſeiner ſinnigen Einfalt: „Ehrwürdiger Abt, darf ich reden?“ „Ja, rede,“ ſprach der Abt. Meiſter Johannes fuhr fort: „Was kann ich da viel ſagen? Die heiklichen Schelmen ſind immer zu voll und ſatt, hätten ſie Hunger, würden ſie ſchon zugreifen.“ Wo

Digitized by Google

das ſpartaniſche Gewürz fehlt, da verliert die Speiſe allen Geſchmack. Daher müßen jene wohl genährten Leute, die ſich immer über den Mangel an Appetit beklagen und beim Beginne der Mahlzeit ſchon ſo voll ſind, als ob ſie davon aufſtünden, ſo viele Reizmittel für ihren Gaumen haben; da müßen Oliven, Kappern, Senfbrühe, Saurach, mancherlei Eſſig ſtehen, überdieß ſo viele ſchmackhafte Brühen, Gemüſe, Süpplein, um den Gaumen in den Gang zu bringen, damit nur ein wenig Hunger ſich zeige, der die Speiſe durch den getäuſchten Mund hinunterbringe.

Für ſeinen Magen kein Maaß und Ziel wiſſen, iſt eine wahre Schande. Darum ſagt Diogenes: „Wie vieler Dinge bedarf ich nicht!“ Spartaniſches Gewürz hatte er im Ueberfluße, den Hunger bekam er, wann er wollte. Sokrates, dem es auch hierin nicht fehlte, pflegte zu ſagen: „Hunger iſt der beßte Koch, das beßte Salz und Gewürz.“ Daher ſchmeckte ihm ein kalter Trunk aus dem Brunnen viel beſſer, als andern der Thaſiſche oder Falerner. Der Durſt galt ihm anſtatt des Zuckers und des Honigs in das Getränk. Daher das lateiniſche Sprichwort: „dem Hunger ſchmecken rohe Bohnen wie Zucker.“ Pfeffer, Nägelein, Jngber, Muskatnuß, Balſam, Zimmet ſind wohl ſehr berühmte Würzen, die beßte aus allen aber iſt Mäßigkeit und Faſten.

Ammianus Marcellinus ſagt, die alten Philoſophen haben hierüber recht gedacht: Der Kaiſer Conſtantin habe nie öffentlich ausgeſpuckt, noch die Naſe

Digitized by Google

ſich gereiniget. Als er von den Perſern geſchlagen ſich in der Flucht befand, gab ihm ein altes Weib ein Stück Brod, welches ihm beſſer ſchmeckte, als alle Leckerbiſſen und Backwerk. Die Urſache leuchtet ein, er hatte nie ſolchen Hunger gelitten.

Der Kaiſer Theodoſius war einmal auf der Jagd, und da er ſah, daß von ſeinen Hofdienern der Eine hier, der Andere dort hinlief, ließ er ein wenig ab von der unmäßigen Jagdbegierde und kam als unbekannter Gaſt in eine Einſiedelei. Der gutmüthige Waldbruder bot alles auf, ihn gut zu bewirthen, und brachte ſeinen ganzen Vorrath, nämlich Brod geweicht in Eſſig und Oel, und einen Krug voll Waſſer. Der Hunger und die Hitze hatten dem Kaiſer guten Appetit gemacht, darum er auch wacker aß und trank. Als er nun ſeinen Hunger und Durſt geſtillt, ſprach er: „Vater, ich verſichere euch, daß ich kein einzigesmal in meinem Pallaſte ſo gut gegeſſen.“ Hunger und Faſten iſt die angenehmſte Würze der Speiſe.

Ich führe hier noch einen Zeugen an, dem Niemand leicht widerſprechen wird. Der hebräiſche Pſalmendichter ſpricht von der himmliſchen Speiskammer alſo: (Pſ. 80. 17.) „Er ſpeiſt ſie mit dem edelſten Waizen und ſättiget ſie mit Honig aus dem Felſen.“ Iſt denn Honig aus dem Felſen gefloſſen? Die heilige Schrift ſagt nirgends etwas davon. Moyſes hat nur Waſſer aus dem Felſen hervorgebracht, von einer Honigquelle ſteht nichts geſchrieben. Das Waſſer floß aus dem Felſen, weil nun das Waſſer den abgemat-

Digitized by Google

teten und durſtigen Leuten ſehr wohl ſchmeckte, kam es ihnen vor wie Honig oder Falerner. Das ſpartaniſche Gewürz iſt das allerbeßte und edelſte. Das Faſten verleiht allen Speiſen ſehr guten Geſchmack; friſches Waſſer iſt ein köſtlicher Trank, wenn man Durſt leidet.

§. 4.

Und nicht allein für das Mahl, ſondern auch für den Schlaf iſt das Faſten eine Würze. Zwar will ich nicht läugnen, daß hitzige Naturen, wenn ſie ohne Nachteſſen ſchlafen gehen, gemeiniglich nicht ſo gut ſchlafen; doch ſollen ſolche das Faſten deßhalb nicht gänzlich aufgeben, ſondern nur in etwas mäßigen. Sie mögen eſſen, trinken, aber um etwas weniger als ſonſt, ſo werden ſie dann nicht nur ſchlafen, ſondern auch ſanft und ruhig ſchlafen können. Die feuchten Naturen aber, und die keine inneren Hitzen haben, werden auf das Faſten ſehr wohl ruhen. Baſilius ſagt recht gut: „Ein beſchwerter Bauch taugt nicht nur zum Gehen, ſondern auch zum Schlafen nichts.“ Kein Wunder, weil in einem ſo vollen Magen die vier Elemente ſtreiten, daher unruhiger Schlaf und böſe Träume, während Andere, die entweder wenig, oder aus heftigem Hunger auch etwas mehr Abends zu ſich nehmen, ſanft fortſchlafen. Dieſes beſtätigt der Weiſe: (Eccles. 5. 11.) „Wer arbeitet, der hat einen ſüßen Schlaf, er habe wenig oder viel gegeſſen; aber den Reichen läßt die Ueberfüllung nicht ſchlafen.“ (Eccle. 31. 22. u. 24.) Und im Buche Syrach heißt es eben-

Digitized by Google

falls: „Ein vernünftiger Menſch begnügt ſich mit wenig Wein. Dieſer wird ihm im Schlafe keine Beſchwerden und keinen Schmerz verurſachen.“ Wer mäßig lebt, hat einen ſüßen und geſunden Schlaf. Er ſchläft bis zum Morgen und ſeine Seele iſt in ihm vergnügt. Wie einer, der die Geige oder Laute ſpielt, wenn er eine recht zierliche und wohltönende Geige oder Laute hat, die ſeinen Fingern ſchön folgt, große Freude daran hat, dagegen aber die Luſt zu ſpielen fahren läßt, wenn ein ſolches Inſtrument ſich nicht will ſtimmen laſſen, die Saiten unharmoniſch wider einander klingen, der Kragen zu ſchmal, der Bauch zu dick iſt; ſo macht es auch der Geiſt in dem Menſchen, wenn er in einem nüchternen, leichten, mit Speiſe nicht angepfropften Leibe wohnt, ſo freut er ſich deſſen ungemein; wenn er aber in einem unmäßigen, feuchteu, ſchweren, mit Speiſen angefüllten, ſchwammichten, ſchläfrigen Leibe ſein muß, betrübt er ſich ſehr. Da iſt ihm alle Arbeit zuwider, der Schlaf unruhig und Alles in Unordnung.

Ich kenne einige Geiſtliche, die ein ſolches Abendeſſen zu ſich nehmen, daß ſie die Hände nicht darauf waſchen dürfen; dagegen ſchlafen ſie von neun Uhr Abends an bis Morgens vier Uhr, wo ſie aufſtehen ſo ſanft und ruhig in einem fort, ohne ſich zu wenden oder im Geringſten aufzuwachen. Ihre Seele iſt vergnügt, und es iſt eine Luſt zu hören, wenn ſie Morgens beim Aufſtehen fragen: „Sind denn die ſieben Stunden ſchon vorüber?“

Digitized by Google

So iſt denn Faſten und Mäßigkeit nicht nur für die Speiſe, ſondern auch für den Schlaf eine ſehr gute Würze. Wer einen rechten Luſt zum Eſſen und Trinken haben will, der laſſe das ſpartaniſche Gewürz nicht von ſich. Arbeit und Hunger machen Alles ſchmackhaft. Laßt uns jetzt ein wenig Hunger leiden, damit wir in Ewigkeit geſättiget werden.

VII. Kapitel.

Durch Faſten gewinnt man an Zeit, Vermögen und guten Namen.

Es war ein altes Sprichwort, ſagt Gellius: „Oft kann auch ein ſchlechter Gärtner einen guten Einfall haben.“ Epikur, der Weltweiſe, den wir den alten Gärtner nennen wollen, weil er öfters in Gärten, wie in einer Schule lehrte, ſteht bei nns eben nicht im beßten Rufe. Dem ſei, wie ihm wolle, ſeine Schriften zeugen von großer Gelehrſamkeit und Weisheit, und ziehen den Leſer mit Macht zur Tugend. Seneka lobt die Ausſprüche dieſes Weltweiſen jederzeit. Als Epikur, um zur Sache zu kommen, einſtmals gefragt ward, wie Jemand ohue Mühe reich werden könnte, ſagte er nicht, dadurch daß man ſein Vermögen um vieles vermehre, ſondern dadurch, daß man ſeine eingebildeten Bedürfniſſe in etwas beſchränke, man braucht ſich nicht viel zu bereichern, ſondern nur arm an Begierden zu werden. Das nämliche iſt beim Faſten und bei der Mäßigkeit zu beobachten: Die Speiſe

Digitized by Google

ſoll nicht vermehrt, die Eßluſt etwas vermindert und abgetödtet werden. Die Sparſamkeit iſt ein bedeutendes Einkommen; zeigt von der errungenen Herrſchaft über ſich ſelbſt, iſt ein vortheilhafter Sieg. Wer ſeine Eſſgier zu bezähmen weiß, wird mit ſehr Wenigem zufrieden leben. Wir haben nun aus mehreren Gründen dargethan, warum man die Eßluſt ernſtlich bezähmen ſoll. Das vorige Kapitel hat gezeigt, daß das Faſten die allerbeßte Würze aller Speiſen, auch des Schlafes ſei. Jetzt gehen wir weiter und wollen zeigen, daß man durch Faſten nicht nur an Zeit, als dem koſtbarſten Gute, ſondern auch an Vermögen und guten Namen gewinne. Wer die Mäßigkeit liebt, erſpart ſich viele Zeit, Geld und Ehre. Sehr treffend ſagt der oben angezogene Garten-Weltweiſe: „Wer reich werden will, ſoll nicht viel ſeine Habe zu vermehren, ſondern ſeine Begierden zu verringern ſuchen. Entziehe dir etwas an Speiſe, ſo wirſt du an Zeit, Vermögen und guten Namen gewinnen. Davon ſoll denn jetzt die Rede ſein.

§. 1.

Das gegenwärtige Kapitel ſoll ſich auf jenen Ausſpruch der Gelehrten ſtützen: „Je kürzer der Schlaf, deſto länger das Leben, denn das Leben iſt eine Wachezeit.“ So lange wir leben, müßen wir auf der Schildwache ſtehen. Der Schlaf iſt ein Bild und ein Bruder des Todes. Wenn unſern Augen ein Todter und ein Schlafender zugleich begegneten, würden wir wenig Unter-

Digitized by Google

ſchied merken. Der ſchläft, wacht zwar nach einiger Zeit wieder auf, ſo lange er geſchlafen, hat er aber eigentlich nicht gelebt. — Das Leben iſt eine Wachezeit: je weniger daher einer ſchläft, deſto länger lebt er; ein kurzer Schlaf, ein langes Leben. Aber gehen wir weiter. Eine wohlbeſetzte Tafel, gutbeſtellte Mahlzeit, ſtarker Trunk, erfordern einen langen Schlaf. Dieß kann man an einem Gleichniſſe ſehen. Je mehr Speiſen zubereitet werden, ein um ſo größeres Feuer muß auf dem Heerde brennen, deſto dichter ſteigt der Rauch empor: ſo auch je mehr man ißt und trinkt, deſto länger ſchläft man; wo mehr Speiſe, mehr Dünſte und mehr Schlaf. Auf dieſe Weiſe wird allmälig dem Leben ſehr viel entzogen, wenn man dem Bruder des Todes, dem Schlafe zu viel nachgiebt.

Nun iſt aber auf der ganzen Welt nichts ſo koſtbar als die Zeit. Gold und Edelgeſtein ſind im Vergleich zu ihr verachtungswürdiger Koth. Ein guter Freund kann mich reich machen, er kann mir die Zeit rauben, aber geben kann er ſie mir nicht mehr. Die Zeit iſt unter allen Gütern bei weitem das höchſte. Unzählige Menſchen, die ſonſt ſo böſe eben nicht wären, werden doch vor dem höchſten Richterſtuhle ſehr ſchlecht beſtehen, weil ſie ſo viele Stunden, ſo viele Tage, Wochen, Monate und auch Jahre entweder mit Nichtsthun, oder mit Böſesthun vergeudet. Wir ſollen auch eie allerkleinſten Momente der Zeit ganz ſorgfältig ſammeln, wie die Goldſchmiede den Goldſtaub, oder wie die Weiber die Gold ſpinnen. Wenn man

einem unter den Verdammten eine ganze goldene Weltkugel und ein Meer voll Balſam gäbe, was meint ihr, daß er um einen ſo großen Haufen von Schätzen würde zu kaufen wünſchen? Nur eine einzige Stunde, in welcher er Gottes Gnade erlangen könnte. Und wir bringen ſo viele Stunden und Tage unnützer- und thörichterweiſe zu. Die Zeit iſt ein unermeßlicher Schatz. Warum ſollten wir uns denn weigern dem Schlaf oder Nachteſſen etwas abzubrechen, um dieſen Schatz zu vermehren? So haben insgemein die alten Väter gethan, um ihr Leben zu verlängern, verkürzten ſie den Schlaf und das Nachteſſen.

Baſilius der Große, ein ſehr gelehrter Theolog und ausgezeichneter Prediger, ſchlief, um durch Abzug des Schlafes Zeit zu gewinnen, allzeit auf dem Boden und vertrieb durch dieſes harte Lager den überflüßigen Schlaf, und weil er den Tag in unglaublicher Mäßigkeit zubrachte, durchwachte er manche ganze Nacht im Studieren und Beten. So verharrte auch Antonius der Große nicht ſelten ganze Nächte im vertrauten Umgange und Geſpräche mit Gott in unausſprechlicher Seelenluſt. Er konnte dieſes um ſo leichter thun, weil er den Tag über nur einmal und zwar erſt vor Sonnenuntergang den Leib mit Brod, Salz und Waſſer nährte, wie Athanaſius bezeugt. So machten es auch unzählige Andere.

Wie hätten, mein Lieber, Auguſtinus, Hieronymus und Andere den Nachkommen ſo viele Bücher hinterlaſſen können, wenn ſie nicht auch die Nacht zum

Schreiben benützt hätten? um aber dieß leichter zu können, weigerten ſie ſich nicht entweder zu faſten, oder ein äußerſt ſpärliches Nachtmahl zu nehmen. Ein voller Bauch ſtudiert nicht gerne, er ſucht nur Müßiggang und Schlaf. Wir haben von Hieronymus 9 große Bände in Händen, jene ungerechnet, die verloren giengen. Hieronymus hätte nicht ſo viel ſchreiben können, wenn er nicht an bedeutendes, ja tägliches Faſten ſich gewöhnt hätte. Einem ſo heiligen Schriftſteller darf man es wohl glauben, wenn er ſagt: „Aus dem ganzen Erdkreiſe kommt man hieher nach Bethlehem. Ich habe angefangen den Propheten Ezechiel zu erklären, und werde mit Mühe zu Ende kommen; denn jede Stunde, jeden Augenblick begegnen uns Schaaren von Brüdern.“ Jedermann begehrt mit Hieronymus zu reden und ihn zu ſehen. Wie konnte alſo er ſo viel ſchreiben, der wegen anderwärtiger Geſchäfte wenig Muße fand? Er geſteht ſelbſt, daß er ſeine Nachtwachen dieſem Geſchäfte widmete. Ein gutes und reichliches Abendeſſen und ein langer Schlaf reichen ſich die Hände und laſſen ſich ſchwerlich von einander trennen. Wer viel zu Nacht gegeſſen, wird ſchlecht wachen und noch ſchlechter ſtudieren.

Obſchon Auguſtinus viel zu diſputiren und zu ſprechen hatte, ob er ſchon immerdar vor dem Volke predigen mußte (wie die Biſchöfe vor Zeiten thaten) hat er doch ſein hohes Amt ſo verwaltet, als hätte er nichts geſchrieben und dabei ſo viel geſchrieben, als hätte er ſonſt nichts zu thun gehabt gehabt. Daher hat er ſei-

Digitized by Google

nen Nachkommen 10 große Bände hinterlaſſen, und ſehr viele Werke von ihm ſind überdieß noch im Sturme der Zeiten verloren gegangen. Und wie konnte er bei ſo vielen und großen Arbeiten ſo Vieles ſchreiben? entweder nahm er nur ein äußerſt ſparſames Nachtmahl, oder er faſtete ganz. Daher wurden ſeine nächtlichen Betrachtungen um ſo länger, ſeine Nachtwachen um ſo weiſer und gelehrter, ſeine beim Lampenſcheine verfaßten Schriften wahrhaft göttlich. Was ihm am Tage gebrach, das erſetzte die Nacht.

Gregorius der Große, ein ausgezeichneter Biſchof, war faſt immer krank und ſchrieb doch ſehr viel, weil er ſehr mäßig und wachſam lebte. Seine gewöhnliche Speiſe war Schottengewächs, und ob er ſchon auf keinen Fuß treten konnte, hielt er doch allzeit an mit Beten, Wachen und Studieren.

So that auch Thomas v. Aquin, die Sonne der Theologie, der ſein Leben nicht über fünfzig Jahre brachte und doch ſiebenzehn Bände ſchrieb, als ein bleibendes Denkmal für die Nachkommenſchaft.

Alphonſus Teſtatus, Biſchof zu Abulen hat nur vierzig Jahre gelebt und doch ein Werk das dreizehn ſehr große Theile umfaßt, geſchrieben, mit ſo gründlicher und allſeitiger Gelehrſamkeit, daß man auf ihn den Lobſpruch machte:

„Es ſtaunt der ganze Erdenkreis,
Daß dieſer Mann gar Alles weiß.“

Solche Männer konnten nicht lange bei Tiſche

ſitzen, nicht lange im Bette verweilen, weil ſie ſo vieles ſchreiben konnten, und von ſo vielen und verſchiedenen Anliegen in Anſpruch genommen wurden. Es überdenke und erwäge nur Jemand ihre vielſeitigen und großen Arbeiten, beſonders eines Teſtatus, ſo wird er ſagen müſſen: „Dieſe Männer ſcheinen, wenn wir die Tiefe ihrer Gedanken und die raſtloſe, unermüdete Thätigkeit womit ſie auch die Nächte opferten, betrachten, weder geſchlafen noch etwas gegeſſen zu haben, ſo viel haben ſie gearbeitet.“ Durch Verkürzung des Schlafes haben ſie alſo ihr Leben verlängert, ihre Kenntniſſe erweitert.

Die Erfahrung ſelbſt bezeugt, daß einer in den frühen Morgenſtunden, ein, zwei, drei, vier Uhr, leichtlich findet, was er den ganzen Tag über nicht hat finden können. Es begrüßen aber dieſe Stunden jene nicht, die wohl zu Nacht eſſen, ſich's recht ſchmecken laſſen, und den Leib mit Speiſe und Trank ausfüllen wie eine Wurſt. Höchſtens um ſieben, acht oder neun Uhr (Perſius Satyr. I. V. 1. 2.)

„Wenn der helle Morgen durch die Fenſter ſticht,
Und die engen Ritzen weiter macht ſein Licht“,

ſich noch im warmen Federnbade vergraben und herumwerfen. Da ſind hohe Gedanken fern, da ſind Gelehrſamkeit und Weisheit gemeiniglich nicht zu Hauſe.

Auch dieſes iſt hier nicht zu verſchweigen, was in Wahrheit ärgerlich iſt und ein ſehr übles Beiſpiel giebt. Viele Leute, beſonders die reichen, lieben ihren

Digitized by Google

gewöhnlichen Schlaf ſo ſehr, daß man ſie nicht bereden kann, nur ein einzigesmal etwas früher aufzuſtehen, und um ſechs Uhr ſich bei der Predigt am Charfreitage einzufinden. O der Schande! daß ein Chriſt aus dankbarer Liebe gegen den leidenden Chriſtus nicht ein einzigesmal um ein Kleines den Schlaf ſich abbrechen kann? Du überaus lauer und kalter Chriſt, was ſagſt du dazu? Chriſtus hat dieſe ganze Nacht und noch viele andere für dich gewacht, und du ſollteſt nicht einmal ein kleines Stündlein für ihn und mit ihm wachen können? So viele und ſo bittere Schmerzen Chriſti ſollten bei uns nicht einmal ſo viel vermögen, daß wir nur wenige Tage weniger eſſen und weniger ſchlafen wollten?

„Ich habe es ſchon geſagt: Je reichlicher das Abendeſſen, deſto länger der Schlaf, deſto kürzer das Leben“: dieſe Dinge hängen ganz zuſammen. Willſt du nun länger leben, ſo ſchlafe etwas weniger.

§. 2.

Aber die Mäßigkeit verlängert nicht nur das Leben, ſondern ſie vermehrt auch das Geld. Das iſt eine bewährte Sache. Wie mancher nimmerſatte Schlund hat ſein väterliches Erbe durch Eſſen verpraßt, Haus und Hof verſchlungen, und ſo Ehre und Achtung verloren. Einem gefräßigen Menſchen kann man nicht genug geben: liegende Gründe und Mayerhöfe verſchlingt er, wahrhaft große Brocken, und iſt doch dar-

nach nur deſto hungeriger, hört auch nicht auf ſein Liedlein zu ſingen: „bring her, bring her.“ Ein häuslicher und mäßiger Mann iſt mit ſehr wenigem zufrieden und bringt ohne Mühe den Bauch zum Schweigen. Die Mäßigkeit iſt das vorzüglichſte Mittel der Sparſamkeit. Man wird nicht leicht einen gefräßigen oder verſoffenen Bruder reich ſehen. Salomon iſt deſſen ganz gewiß: (Proverb. 21. 17.) „Wer gerne praſſet wird Mangel leiden.“ „Und wer den Wein liebt und was koſtbar iſt, der wird nicht reich.“ Daher fügt er die Mahnung bei: (23; 20, 21.) „Gehe zu den Mahlzeiten der Säufer nicht, noch zur Praſſerei derer, die Fleiſch zum Schmauſe zuſammentragen: denn die ſich auf's Eſſen und Trinken verlegen, werden verarmen, die Schläfrigkeit wird ein Lumpenkleid tragen müſſen.“ — Die Schläfer und Säufer verarmen; das viele Schlafen giebt zerriſſene Kleider, und Zechen einen leeren Beutel zum Lohne. Was man in die Sparbüchſe verſchließen ſollte, das wird im Wirthshauſe durchgebracht. Mäßigkeit iſt ein ſehr großes Kapital, das reiche Zinſen trägt.

Aber nicht allein dem Leben und dem Gelde, ſondern auch dem guten Namen verſchafft die Mäßigkeit einen bedeutenden Zuwachs. Ein mäßiger und nüchterner Menſch iſt auch bei ſeinen Feinden geſchätzt: aber wer die vollen Schüſſeln und Becher gar ſehr liebt, iſt auch bei den beßten Freunden nicht ſehr geachtet. Das iſt ein äußerſt ſchlimmer Name, ein ſehr übler Ruf, wenn man von einem ſagen muß: Er iſt

Digitized by Google

ein rechter Schwing-den-Becher, er kennt unter allen Göttern nur zwei: Eſſen und Trinken.

Julius Cäſar ward, ehe er auf dem Rathhauſe von den Rathsherren erſtochen wurde, gewarnt, vor geheimen Feinden ſich zu hüten. Darauf erwiederte er: „Ich fürchte die dicken, vollen, fetten nicht, ſondern die bleichen und magern.“ Er irrte ſich auch nicht in dieſem Urtheil, denn Brutus und Caſſius, die ihn ermordet, waren ſolche. Ein guter Tiſchpfeiler, Tellerlecker, Schüſſelſpüler, wird nicht leicht etwas Großartiges unternehmen; denn wer ſich befleißt die Becher zu ſtürzen, iſt ein nachläſſiger und leichtfertiger Menſch, was ſoll man denn Gutes und Großes von ihm erwarten? Ein mäßiger, dem Faſten ergebener Mann, vermehrt ſein Geld und ſeinen guten Namen.

Leſe die römiſchen Geſchichtsſchreiber, einen Livius, Saluſtius, Tacitus, vom Anfang bis zum Ende durch, ſo wirſt du eben ſo viele gelehrte Zeugen hiefür finden. Denn ſo lange Rom die Geſetze der Mäßigkeit und des Faſtens gehalten, hat es alle Völker überwunden und beherrſcht, ein Land nach dem andern an ſich gebracht, die ganze Welt erobert und bezwungen.

So lange die Curier und Fabricier, Leute vom erſten Adel, Brei, Rüben und Kraut gegeſſen und zu Tafel tragen ließen, ja ſelbſt mit eigenen Händen pflanzten, ſtand es überaus wohl um die Sache der Römer: ſobald aber das Zechen und der Uebermuth bei Gaſtmählern angiengen, verloren ſie ihre Macht und der frühere Wohlſtand ſank. Es iſt doch kein Heil

Digitized by Google

bei dem Uebermuth. Unmäßigkeit und Schlemmerei iſt eines Reiches Untergang.

§. 3.

Auf gleiche Weiſe haben auch die religiöſen Orden in der Kirche ihren Zuwachs und ihr ſchönes Gedeihen erlangt. So lange bei ihnen die Mäßigkeit in hohen Ehren ſtand, ſo lange man die Faſttage gewiſſenhaft hielt, ſo lange weder Gaſtereien noch Trinkgelage ſich bei ihnen einſchlichen, blühten ſie und wirkten mit Segen. Sobald man aber anfieng die Faſttage entweder abzuſchaffen oder zu beſchränken, oder nicht ſo genau einzuhalten, da der Becher von Mund zu Munde gieng und am Tiſche herumſpazierte, der zinnerne Pokal und das Glas die Runde machte und immer wieder gefüllt ward, da einer dem andern Beſcheid that und im Trinken nicht zurückbleiben wollte, da man die Veſper im Speiſeſaal, oder vor dem Weinkeller, oder vor des Bacchus Altar abſang, da ward bald alles Betrachten, die klöſterliche Disciplin, Beten und Leſen entweder ganz unterlaſſen, oder nur ſo obenhin geübt. Das heilige Stillſchweigen verdrängte ein leeres, unnützes Geſchwätz, die Arbeit der Müßiggang, das Wachen die Schlafſucht, das Faſten die Trunkenheit, die Tugend das Laſter. Vara vibiam sequitur. So folgte ein Uebel aus dem andern. Sieh' nur auf die wohlbeſtellten blühenden Klöſter, auf ihre nüchternen Regeln in Betreff des Faſtens, ſo wirſt du darin die Mäßigkeit in ihrem ſchönſten Glanze herrſchend finden:

Digitized by Google

Wenn die alte Gewohnheit und die heiligen Regeln es erfordern, enthält man ſich aller Speiſe und alles Trankes. Es haben noch bis auf den heutigen Tag die Gründer des Kloſterlebens, Männer von hoher Heiligkeit, ihre getreuen Jünger, welche die Mäßigkeit auf das genaueſte einhalten. Wenn man ſie in Ehren hält, ſo ſoll man ihnen aber auch nachfolgen.

Ich komme wieder darauf zurück womit ich dieſes Kapitel begonnen und was auch den Hauptgegenſtand desſelben ausmacht. Wer etwas länger leben will, der ſcheue ſich nicht etwas weniger zu ſchlafen; und wer weniger ſchlafen will, der thue ſich Abbruch an Speiſe. Dieß iſt der Gang der Sache. O was iſt das für ein Leben, wenn die ſchönſte Zeit desſelben mit Eſſen und Schlafen zugebracht wird! Hier könnte ich billig die Tafeln großer Herren vor Gericht laden, die oft das Mittagsmahl bis zum Abend ausdehnen und mit dem Nachtmahl in Verbindung bringen. Auguſtinus ſagt (Aug. 1. 10 ser. 213 von der Zeit): „das thun nur wahre Schlemmer, daß ſie das Mittagsmahl bis zum Abendeſſen hinausverlängern, und das Abendeſſen bis der Morgenſtern am Himmel glänzt. Ich erinnere mich vor fünfzig Jahren bei einem Gaſtmahle geweſen zu ſeyn, wo man, o des ärgerlichen Beiſpiels! bis gegen drei, vier, ja ſogar fünf Uhr Abends zu Tiſche geſeſſen. Iſt wohl dieſes auch jetzt noch Sitte, daß oft mit dem Ende des Mittagmahles das Abendeſſen beginnt? Es ſoll hier nicht die Rede ſeyn von jenen Trink- und Speiſegelagen, die einen ganzen Tag und

Digitized by Google

Nacht, ja zwei oder drei Tage mit unaufhörlichem Trinken fortgeſetzt werden. Seneka verflucht und verdammt ſolche, „die keine Mittelzeit kennen, um auszuruhen, ſondern die da das Mittagsmahl zu ſich nehmen auf das Nachteſſen, das bis auf den hellen Tag hinauswährt.“ Sind wir denn dazu geboren, um wie das Vieh gemäſtet zu werden? Hat uns Gott deßwegen erſchaffen, daß wir die menſchliche Natur ablegen, und Ochſen werden, die Tag und Nacht an der vollen Krippe und auf der fetten Weide das Maul mit Eſſen ermüden? O ihr Menſchenkinder, wie lange wollet ihr noch ſchweren, ungelehrigen Herzens ſeyn? (Pſ. 4. 3.) Warum geſtatten wir dem Schlunde ſo viel, daß wir ganz aus der Art ſchlagen, und zu unvernünftigen Thieren werden? Darum ſetze ich mit Recht die Ermahnung der Alten hieher:

„Man ißt und trinkt wie billig recht, damit man lebe
Lebt aber nicht, damit man nur dem Leibe Nahrung gebe.“

Oder: „Nährſt du den Leib, ſo halt ein Ziel
Und ſchlag' ihm ab, was iſt zu viel.“

Seneka ermahnt hier ſehr weiſe: „Der iſt ein elender Menſch, der für ſeinen Bauch kein Maaß kennt. Und nicht nur elend, ſondern unſinnig iſt, der nicht weiß, wenn er mit dem Eſſen und Trinken aufhören ſoll. Alles, was man ißt und trinkt, ſoll auf der Wage der Vernunft und nicht der ſinnlichen Luſt abgewogen werden. Ein jeder ſoll wiſſen, wie viel ſein Magen vertragen kann, er lerne durch die Erfahrung, wie viel Nahrung zu Mittag und wie viel

Digitized by Google

zu Nacht ihm nützlich und nothwendig ſey, und geſtatte der ſo äußerſt betrüglichen Luſt nichts darüber. Und an dieſes Maaß halte er ſich. Auf ſolche Weiſe wird er das Leben, das Geld und den guten Namen vermehren.« Ich beſchließe nun dieſes Kapitel mit den Worten des Seneka: „Habe alſo Acht daß du die geſunde und nützliche Lebensweiſe beibehalteſt, daß du nämlich dem Leibe ſo viel geſtatteſt, als zur Erhaltung der Geſundheit nothwendig iſt; jedoch muß er etwas hart gehalten werden, damit er der Seele nicht ungehorſam werde.«

VIII. Kapitel.

Faſten iſt zu gottſeligen Uebungen das beßte Hilfsmittel.

Bei einem alten Schriftſteller findet ſich folgende ſehr treffende Fabel: Ein Schnepfe reiſte einſt durch einen Wald und ſah von ohngefähr einen Krammetsvogel auf einer wilden Weinrebe die bittern und widerlich ſchmeckenden Beeren abzupfen, was ihm ein geſchmackloſes und trockenes Mahl zu ſeyn ſchien. Darum gab er dem Bruder einen guten Rath und redete ihn freundlich an: „Mein Krammetsvogel, warum wohneſt du doch in ſo öden und unzugänglichen Wüſteneien? wie magſt du an unfruchtbaren Bäumen deine Nahrung ſuchen? Du unglücklicher Vogel, ziehe von dieſen Hecken hinweg an einen andern Ort, und reiſe mit mir, wenn du willſt, ich will dich in ein

Digitized by Google

weit fruchtbareres Land führen auf fettere Weide, wo Feigen und Trauben, wo allerlei Eßwaaren im Ueberfluſſe wachſen.“ Der Krammetsvogel ließ ſich ohne viele Mühe hiezu bereden, ſagt der wilden Rebe in der Einöde Lebewohl, und folgte freudig und guten Muthes ſeinem Führer nach. Endlich kamen die beiden in ein ſo glückliches und geſegnetes Land, reich an den mannigfaltigſten und fruchtbarſten Bäumen, daß es den glückſeligen Inſeln gleichkam (Schlaraffenland). Ja ſie überzeugten ſich, daß der Erfolg die Erwartung noch bei weitem übertraf; denn es mangelte durchaus nichts, was ſich nur die Lüſternheit hätte wünſchen können. Da aber der Krammetsvogel etwas aufmerkſamer um ſich ſah, hier nicht unbekannte Vögel an den Leimruthen wie an einem Galgen elend hangen ſah, dort noch weit mehrere andere Vögel unter dem Garn zappelnd und flatternd bemerkte, als er wieder einen andern am trüglichen Stricke erwürgt und auch etliche mit einem geſpaltenen Stabe ertappt, oder in der Falle gefangen erblickte, da ſchwang er die Flügel eilends zur Flucht und ſagte: „Lebewohl, lebewohl mein lieber Schnepf, lebewohl mit deinen guten Biſſen. Ich will lieber wilde Beeren ſuchen, ja wohl gar Hunger leiden, als bei ſo großer Gefahr ſolche Leckerbiſſen genießen. Unſinnig mag ſeyn, wer da will, ich nicht; wer gerne ſtirbt und dem Tode entgegengeht, der ſey dein Gaſt. Ich halte mich lieber an die geringe einfache Nahrung, die ich mit Sicherheit genießen kann, als an die ausgeſuchteſten

Digitized by Google

Leckerbiſſen, in welchen der Tod verborgen ſteckt. Lebe wohl.«

Wer immer nicht nur die Gefahr, ſondern auch das bevorſtehende gegenwärtige Uebel, das auf Unmäßigkeit im Eſſen und Trinken folgt, mit Fleiß betrachtet, der ruft ganz unverhohlen mit dem Krammetsvogel alſo: „Ich will zehn-, hundert-, ja tauſendmal lieber Hunger und Mangel leiden, als mich mit den allerbeßten Speiſen anfüllen und dabei die Geſundheit ſchwächen, das Leben verkürzen, die Zeit verlieren, das Geld verſchwenden, den guten Namen auf's Spiel ſetzen. Im vorigen Kapitel haben wir geſagt: „Wer lange leben will, der ſchlafe nicht lange. Das Leben iſt eine Wachezeit. Leben und nicht wachen iſt eine Art nicht leben, todt ſein. Wer ſich aber an Schlaf will Abbruch thun, der nehme weniger Speiſe zu ſich. Daraus erfolgt der Schluß, daß man durch Faſten viel an Zeit gewinne, und nicht allein an Zeit, ſondern auch an Geld und guten Namen, wie oben gezeigt wurde.«

Jetzt müßen wir weiter gehen und dem vorigen Schluß noch beifügen: „Das Faſten iſt ein vorzügliches Hilfsmittel zu heiligen Uebungen.« Wer ſich mit allem Ernſte auf das Gebet, Studieren und Betrachten verlegen will, der lerne faſten. Das Faſten hilft ſehr zu allen geiſtlichen Uebungen. Dieß wollen wir nun etwas ausführlicher darthun.

Digitized by Google

§. 1.

Ein heiterer Himmel, und ein heller ungetrübter Kopf haben miteinander große Aehnlichkeit: Wenn die Dünſte der Erde nicht aufſteigen, und die Luft nicht trüben, iſt der Himmel klar und heiter, und bekommt ein ſchönes Ausſehen. Des Menſchen Verſtand an ſich ſelbſt betrachtet, wäre allzeit bereit zum Betrachten, Nachdenken, Studieren und Beten; weil aber der Leib von ſo ungleicher Geſundheit iſt, iſt er bald ſchwerfällig, und beläſtiget wie Blei, bald gewandt, frei und leicht. Der Geiſt, der in dem Leibe wohnt, wird alſo durch die gute oder ſchlechte Beſchaffenheit des Körpers entweder viel unterſtützt, oder viel verhindert. Es iſt nur zu bekannt: „Ein voller Bauch betet, ſtudiert, arbeitet, betrachtet nicht gerne.“ Ein Menſch, der ganz geſättiget, und mit Speiſe ausgefüllt iſt, kann leichter ſchwätzen, fabeln, lachen, müſſig gehen und ſchlafen, als beten, leſen und betrachten. Ach guter Gott, wie kommen ſo gar keine guten und erhabenen Gedanken aus einem Topfe, der von Speiſe und Trank ſiedet und überläuft. Es verhält ſich da wie mit einem Raubvogel: „Wenn der Falk ſich voll geſpeiſt, taugt er nichts zum Fluge, und wird ſo den Reiher nicht erreichen, nicht überhöhen, nicht durchſtoſſen; er iſt mit Speiſe beſchwert, darum hat er keinen Hunger, und achtet des Raubes nicht. Nothwendig muß ſeinem Vogelfange ein Faſttag vorhergehen, ſonſt wird nichts ausgerichtet, und es vergeht alle Luſt zum Jagen.“ Ebenſo iſt es mit

Digitized by Google

dem Menſchen, wenn er ein Feind der Mäßigkeit und des Faſtens iſt, erhebt er ſich nicht empor, wird ſich auch mit ſeinem Denkvermögen zu göttlichen und himmliſchen Dingen nicht erſchwingen, mit Gott und den Engeln nicht oft in vertrauten Umgang und Unterredung treten. Die Laſt des Leibes zieht ihn abwärts, der Brodſack hindert ihn, die Fülle drückt ihn zu Boden, während ihn der Hunger in die Höhe gebracht hätte. Darum ſingt die Kirche ſehr wohl: „Qui corporali jejunio vitia comprimis, mentem elevas, virtutem largiris et praemia.“ (Praefatio Quadragesimae.) „Der du durch leibliches Faſten die Laſter unterdrückeſt, Sinn und Herz erhebeſt, Tugend und Belohnung verleiheſt.“

Als der hebräiſche Prophet Moyſes im Himmel geneigtes Gehör ſuchte, und mit Gott ſelbſt reden wollte, faſtete er zuvor vierzig ganze Tage, um ſich darauf vorzubereiten, und endlich ward er der göttlichen Anſprache gewürdiget. Da Elias allein mit Gott reden ſollte, brachte er auch vierzig Tage mit Faſten zu, als ob er den Befehl vom Himmel empfangen hätte: „Elias, ſieh' zu, daß du nüchtern ſeyeſt, wenn du mit Gott reden ſollteſt. So machte ſich Elias luſtig bei dem Waſſerkruge, bei dem Falerner aus gemeinem Brunnen und bei Aſchenbrod.“ (3 Kög. 19, 8.) Und er ging geſtärkt durch dieſe Speiſe vierzig Tage und vierzig Nächte bis an den Berg Gottes Horeb. Da er dort ankam, blieb er in einer Berghöhle. Und ſieh'! der Herr redete mit ihm: „Gott

Digitized by Google

will nüchterne Diener haben, und nicht mit dem Gebete allein, noch auch mit Almoſen, ſonderu mit Faſten geehrt werden.«

So ging Sara, (Tob. 3. 10, 11.) nachdem ihr ſieben Ehemänner geſtorben waren, und ſie ſiebenmal Wittwe geworden war, in das obere Zimmer, aß und trank drei Tage und drei Nächte nichts, ſondern verharrte im Gebete, und bat Gott unter Thränen. Saul, der erſte, nicht aber der beßte König der Hebräer, befahl, da er wider die Philiſter zu Felde ziehen wollte, dem ganzen Volke zu faſten. (1 Reg. 14, 24.) „Verflucht ſey, wer vor dem Abende etwas ißt.« Und das ganze Volk aß und trank nichts, und mit ſolcher Strenge hielt man den Befehl, daß, da man im Walde Honig fließen ſah, kein Einziger auch nur das Geringſte davon genoß.

So faſtete David mit ſeinem ganzen Gefolge, da Saul und Jonathan im Kriege umgekommen waren. (1 Reg. 1. 12). Und ſie klagten und weinten und faſteten bis an den Abend wegen Saul und Jonathan, und wegen dem Volke des Herrn. (1 Paral. 10. 12). Eben dieſen Liebesdienſt haben ihnen die Galaditer erwieſen, und ſieben Tage um ihretwegen gefaſtet.

Da Holoſternes, Feldherr der Aſſyrier, die Stadt Bethulia hart belagerte, und an ihrer Eroberung nicht mehr zweifelte, (Judith. 4. 8.) flehte das ganze Volk inſtändigſt zum Herrn um Beiſtand, und ſie und ihre Frauen demüthigten ſich durch Gebet und Faſten vor

Digitized by Google

ihm. Das Gebet läßt ſich am allerbeßten und leichteſten mit dem Faſten verbinden; denn der Mund erſchließt ſich mit deſto größerer Wirkſamkeit und Kraft zum Gebete, je mehr er ſich ans Frömmigkeit der Speiſe verſchließt. Ich will mich hierüber ſo kurz als möglich faſſen. Wer immer von Gott etwas begehren will, mit der Zuverſicht es zu erhalten, der ſoll ſein Gebet nicht ohne Begleitung zum Himmel ſchicken, ſondern Almoſen und Faſten ihm beigeſellen, ſo wird ſeine Bitte gewiß erhört; es ſey denn, daß ſein Bittgeſuch der Ehre Gottes zuwider, oder daß es für ihn ſelbſt beſſer wäre, nicht erhört zu werden. Ich mache die Sache anſchaulich, und ſtelle ſie praktiſch dar.

§. 2.

Wenn uns die Noth drückt, machen wir Gott unter den feierlichſten Verſicherungen Gelübde; aber das ſind meiſtens ſolche Gelübde, die nur den Beutel ein wenig verwunden. Zum Beiſpiele: wir geloben ein Bild in eine Kirche, oder eine wächſerne Statue in Lebensgröße, einen Vorhang, ein Meßgewand zum Altarsdienſte, eine gewiſſe Anzahl von Meſſen, oder eine Wallfahrt, die man füglicher gewöhnlich eine Luſtreiſe nennen dürfte. Derlei Dinge verſprechen wir zu verrichten, wenn uns geſchieht nach unſerm Wunſche. So thun wir faſt nur dem Beutel allein wehe bei unſern Gelübden. Mein lieber Chriſt, bring' du dich ſelbſt ganz Gott zum Opfer, weihe dich ihm ganz etwa mit dieſen Worten: „Herr Jeſu, ich befinde mich

in großer Noth, ich will wenigſtens drei Tage faſten, ſollte es auch nicht unmittelbar auf einander geſchehen. Ich will 6 oder 7 Tage die Bußpſalmen beten. Ich will 9 Thaler oder Gulden, wenigſtens 18 Vierundzwanziger Almoſen geben.“ Durch ſolche Gelübde opfert ſich der Menſch ſelbſt und unterwirft ſich dem göttlichen Willen; denn Gott fordert ein ganzes, vollkommenes Opfer, welches wir dann darbringen, wenn wir das Almoſen und Faſten mit dem Gebete verbinden. Das iſt ein demüthiges, wahres Gebet, wenn die Seele Gott unterworfen wird, wenn man zum Almoſengeben das Vermögen benützt, zum Faſten den Leib gewöhnt. So opfert ſich der ganze Menſch ſeinem Schöpfer, weil Leib und Seele und Glücksgüter ihm dargebracht werden.

Dieſes Gebet hat Wehr und Waffen, und thut Gott Gewalt an, weil da das Herz durch Gebet, der Leib durch Faſten, das Vermögen durch Almoſen geopfert wird. Auf ſolche Weiſe ſoll man Gelübde machen, und ſie dann auch halten. Nie wird derjenige abgewieſen und unerhört bleiben, der dieſe dreifache Art der Beredſamkeit recht erlernt hat. Darum ſchreibt auch Chryſoſtomus dieſes erwägend: „Was preſſeſt du den Beutel, was ſtraffſt du dich um Geld, wenn das Fleiſch muthwillig, und ohne ſich das geringſte zu verſagen, jeder verbotenen Luſt ſich hingibt?“ (Job. 12. 8.) „Das Gebet iſt gut, aber in Verbindung mit Faſten und Almoſen.“ Dieſe Beredſamkeit umfaßt alſo,

Digitized by Google

wie geſagt, drei Theile: „Willſt du ein geneigtes Ohr finden, ſo laſſe keinen derſelben auſſer Acht.“

So oft man von Gott ſowohl im alten, als neuen Teſtamente etwas Großes erflehen wollte, hat man allzeit nebſt dem Gebete auch gefaſtet; dieſes kann klar aus der heil. Schrift bewieſen werden. Als die Kinder Iſraels wider die Benjamiten zu Felde zogen, fragte man Gott, wer das Volk führen ſollte? Gott ernannte Juda hiezu. Auf dieſen Ausſpruch Gottes faßten ſie Muth und griffen den Feind an. Gleichwohl fielen, nachdem man auf ſo heilige Weiſe den Anfang gemacht, 22 Tauſend Iſraeliten in der Schlacht. Aber mit verſtärkter Mannſchaft und neuem Vertrauen wagten ſie einen zweiten Angriff, und um mit Gott zu beginnen, gingen ſie vorher zur Stiftshütte und beteten und weinten vor dem Herrn bis zum Einbruche der Nacht. Um auch nichts ohne Rath zu thun, fragten ſie wieder, ob ſie noch einmal wider die Benjamiter vorrücken und kämpfen ſollten? Die Stimme Gottes ſprach: „Rücket vor und kämpfet.“ Auf dieſen Befehl begann das Volk voll Muth und Zuverſicht die Schlacht. Aber die Benjamiter zogen wieder furchtbar gegen ſie heran, kämpften mit ſolcher Wuth, und richteten eine ſolche Niederlage unter ihnen an, daß 18 Tauſend ſtreitbare Männer auf dem Platze blieben. Darum kamen ſie zum Drittenmale in die Stiftshütte, weinten vor dem Herrn, faſteten den ganzen Tag bis auf den Abend, und opferten Brand- und Friedopfer. O Männer, das hättet ihr Anfangs thun ſollen. Das

Digitized by Google

Gebet iſt gut, die Thränen ſind wohlgefällig, aber mit Faſten ſollen ſie verbunden ſeyn. (Judic. 20. 26). Ihr habt gebetet bei dem erſten Treffen, recht. Euer Gebet habet ihr auch durch Thränen erhöhet, ſehr wohl; aber das Faſten habet ihr unterlaſſen, und darin habt ihr gefehlt. Darum fragten ſie noch einmal, was zu thun wäre, ob ſie die Waffen niederlegen oder fortkämpfen ſollten? Und Gott antwortete ihnen: (28. 35.) „Rücket aus; denn morgen will ich ſie euch in die Hände liefern.“ Darauf zogen ſie aus, ſtellten ſich in Schlachtordnung, und erhielten den Sieg; denn an jenem Tage erſchlugen ſie 25 Tauſend einhundert Feinde.

So viel lag daran, daß man mit dem Gebete und Thränen das Faſten verband. Sehet doch ihr Iſraeliten, Chriſten, welch' große Kraft dem Gebete und den Thränen das Faſten verleiht. Gott will ein ganzes Opfer haben, und den ganzen Menſchen zu ſeinem Dienſte gebrauchen, das iſt, er fordert Seele, Leib und Vermögen zum Opfer. Das Gebet ohne Faſten iſt ein Kriegsmann ohne Waffe. Hierüber noch weitere Belege.

§. 3.

Die Moabiter und Ammoniter zogen mit einer ſehr großen Heeresmacht wider den König Joſaphat. Dieſer aber nahm, (II. Para. 20. 3.) wie die Chronik der Könige bezeugt, bloß ſeine Zuflucht zum Gebete, und ſchrieb ein Faſten aus in ganz Juda. Da-

rauf erlangte er auch einen unglaublichen Sieg, und zwar, ohne daß die Seinigen Blut vergoſſen; denn die feindlichen Truppen griffen ſich ſelbſt einander an und metzelten ſich gegenſeitig nieder, das ganze Land weit und breit war voll von Erſchlagenen, und Keiner entrann dem Schwerte. Die gemachte Beute war ſo groß, daß man in drei Tagen nicht alles fortbringen konnte. Das Gebet in Verbindung geſetzt mit Enthaltſamkeit und Faſten trägt ganz gewiß jederzeit den Sieg davon. „Das Gebet ohne Faſten gleicht einem Kriegsmanne ohne Waffen.“ — So kam auch Eſther dem bevorſtehenden Untergange ihres Volkes durch Gebet und Faſten zuvor, und wendete ihn ab. Es ſollten nämlich alle Juden ſterben. Der Befehl des Königs zu ihrer Hinrichtung war ſchon geſchrieben, öffentlich verleſen und angeſchlagen. Die Hinrichtung durch das Schwert oder den Strick wartete ihrer. Da ermahnte Eſther ihren Vetter, den Mardochäus, daß er in der äußerſten Noth Hülfe und Rath ſuchte. (Eſth. IV. 16.) „Gehe hin, ſprach ſie, und verſammle alle Juden, die du zu Suſa antriffſt, und betet für mich. Eſſet nichts und trinket nichts drei ganze Tage und Nächte hindurch; auch ich will mit meinen Mägden faſten.“ Bald wurden die Hebräer alle wieder lebendig, der königliche Befehl wurde wieder aufgehoben, Schwert und Strick, die auf ſie warteten, wurden ihren Feindrn zu Theil, alles ging verkehrt. O ihr Juden, danket eurer Eſther, die euch ſo geprediget, und nicht nur das Gebet, ſondern auch ein drei-

Digitized by Google

tägiges Faſten anbefohlen, und ſo vor dem gewiſſen Untergange euch errettet hat. Dieſe vortreffliche Königin hat auch nicht nur andern zum Faſten gerathen, ſondern ſie hat auch ſelbſt mit ihren Mägden gefaſtet. Durch die Waffen des Gebetes, des Almoſens und Faſtens wird fürwahr der höchſte Himmelskönig überwunden. Gott weicht dieſe dreifachen Karthaune. Der Ausſpruch des Chryſoſtomus iſt ganz richtig: „Das Gebet ohne Faſten gleicht einem Kriegsmanne ohne Waffe.“ Dasſelbe wollen wir auch durch Beiſpiele aus der chriſtlichen Zeit darthun. — Karl der Große befahl, wie Reginald bezeugt, da er gegen die Avaren in der Nähe der Ems zu Felde zog, ſeinem ganzen Heere drei Tage zu faſten, und kämpfte auch ganz glücklich. So ließ auch Kaiſer Otto, da er im Begriffe ſtand, ſich, wie Wittikind erzählt, mit den Ungarn zu ſchlagen, im ganzen Lager ein Faſten verkünden. Auch Kaiſer Zeno gebot, wie Nicephorus berichtet, bevor man zur Wahl eines Erzbiſchofs von Konſtantinopel ſchritt, ein vierzigtägiges Faſten. Durchgehſt du die ganze alte Geſchichte, ſo wirſt du überall finden, daß man mit dem Gebete das Faſten verband, wenn man entweder in ſchwerer Noth und Bedrängniß war, oder ſonſt etwas Großes von Gott erlangen wollte. Gebet und Faſten ſind zwei Schweſtern, an der himmliſchen Pforte ſehr wohl bekannt, die freien Eintritt, und bei den Pfortnern nicht lange zu bitten haben. Ganz deutlich ſpricht dieſes die Wittwe Judith aus: (Judith. IV. 12.) „Wiſſet, daß der Herr euer

Digitized by Google

Gebet erhören wird, wenn ihr in Gebet, verbunden mit Faſten, verharren werdet vor dem Angeſichte des Herrn.“ Das Faſten iſt das vortrefflichſte Hülfsmittel zu allen gottſeligen Uebungen, beſonders zum Gebete. Dem, der betet, reichlich Almoſen giebt und dazu noch faſtet, öffnet ſich der Himmel, wünſchen die ſeligen Auserwählten Glück, erzeigt ſich Gott willfährig.

§. 4.

Petrus Chryſologus ſpricht eben ſo gelehrt als fromm, ſchön und zierlich von der Art und Weiſe, wie man die Enthaltſamkeit und Barmherzigkeit miteinander verbinden ſollte: „Die Enthaltſamkeit iſt für den Menſchen die vorzüglichſte Arznei, ſoll ſie aber ſich in voller Wirkſamkeit zeigen, ſo muß ſie mit der Barmherzigkeit in Verbindung treten; das Faſten rottet auf ungewöhnliche Weiſe die Laſter aus, vertilgt die böſen Gewohnheiten ſammt der Wurzel, bereitet den Acker des Leibes und der Seele zu guten Früchten. Das Faſten iſt ein Opfer der Heiligkeit und Keuſchheit, kann aber ohne den Weihrauch der Barmherzigkeit vor Gottes Angeſicht nicht zu einem lieblichen Wohlgeruch gelangen. Das Faſten trägt als ein an Tugenden reichbeladenes Schiff den Gewinn des Lebens, erwirbt ewiges Heil. Das Faſten ſchließt uns den Himmel auf, gewährt uns den Eintritt in Gottes Heiligthum: wenn aber nicht die Barmherzigkeit als eine Fürſprecherin uns zur Seite ſteht, um unſere Angelegenheit zu ver-

Digitized by Google

theidigen, können wir, weil wir als Unſchuldige nicht befunden werden, nicht verſichert ſeyn, ob Gott uns gnädig verzeihen werde.“

Damit es uns aber recht verſtändlich und klar werde, daß das Gebet von der Enthaltſamkeit und Barmherzigkeit nicht zu trennen ſey, und Faſten, Beten und Almoſengeben nothwendiger Weiſe durch ein Band miteinander verbunden und verknüpft ſeyn müſſen, fügt Chryſologus noch bei: „Drei Dinge ſind es, liebe Brüder, durch welche der Glaube feſt ſteht, die Andacht genährt und die Tugend bleibend wird, nämlich Gebet, Faſten und die Werke der Barmherzigkeit; durch's Gebet klopft man an, durch Faſten verlangt man mit Ungeſtüm, durch die Barmherzigkeit empfängt man. Gebet, Liebeswerke und Faſten machen ein Ganzes aus, von denen eines den Beſtand des andern ſichert: denn das Faſten iſt die Seele des Gebetes, die Liebeswerke das Leben des Faſtens. Niemand ſoll dieſes Band löſen, dieſe drei Dinge laſſen ſich nicht von einander trennen. Wer eines davon hat und der andern entbehrt, hat keines. Darum wer betet, der faſte, wer faſtet, der übe Barmherzigkeit: wer bei Gott Erhörung finden will, der ſey nicht taub bei den Bitten ſeiner Mitmenſchen. Wer einem Bittenden ſein Ohr nicht verſchließt, der erſchließt ſich ſelbſt Gottes Ohr. Wer durch Faſten etwas von Gott erlangen will, ſoll doch wiſſen, wie das Faſten iſt, wer haben will, daß Gott ſeinen Hunger fühle, der fühle auch den Hunger ſeines Mitmenſchen, wer Barmherzigkeit hofft, der übe

Digitized by Google

Barmherzigkeit, wer Barmherzigkeit ſucht, ſey barmherzig, wem Gott gefällig ſeyn ſoll, der ſey es auch einem Andern. Das iſt ein unbilliges Begehren, wenn man andern abſchlägt, was man ſelbſt ſucht. Menſch, ſey dir ſelbſt ein Muſter der Barmherzigkeit: alſo erbarme dich über Andere, wie du willſt, ſo viel du willſt, ſo bald du willſt, daß man ſich deiner erbarme. So ſeyen das Gebeth, die Werke der Barmherzigkeit, das Faſten unſere einzige Vertheidigung vor Gott, unſer einziges Bittgebet in jedem Anliegen. Das ſind Dinge, liebe Brüder, glaubet es mir, die den Himmel erwerben, in die Geheimniſſe des göttlichen Richters dringen, vor dem Richterſtuhl Chriſti das menſchliche Geſchlecht vertreten, Verzeihung jeder Miſſethat und für die Angeklagten Gnade erlangen. Wer im Himmel ſolchen Beiſtand hat, ſoll der nicht beſtehen hier auf Erden? Sie ſtehen in ſo großem Anſehen im Himmel, darum gelingt durch ſie auch alles gut auf Erden; ſie leiten den Menſchen im Glück und befreien ihn vom Unglück, ſie vertilgen die Laſter, fachen die Tugenden an, machen den Leib keuſch, und rein die Herzen; ſie bringen Friede den Gliedern, Ruhe dem Gemüth, und machen die Sinne zu einer Schule der Zucht und Ordnung. Durch dieſe Dinge werden die Herzen der Menſchen zu Tempeln Gottes geweiht, ſo daß der Menſch ein Engel wird, und göttliche Ehre erlangt. Durch ſie iſt Moſes Gott ähnlich geworden und hat allen Elementen geboten ihm zu ſeinem Sieg und Triumph zn dienen: er befiehlt dem Meere, daß es ſich theile, und

Digitized by Google

wie Mauern ſtehen zu beiden Seiten die Waſſerwogen aufrecht; er befiehlt dem Boden, daß er trockne, dem Himmel, daß er regne, der Erde, daß ſie Früchte gebe, den Winden daß ſie Nahrung bringen; auf ſeinen Befehl wird die Nacht ſo helle wie der Tag, die Sonnenhitze durch eine dazwiſchentretende Wolke gemäßiget; er ſchlägt den Felſen, und aus der geſchlagenen Wunde ſprudelt friſches Quellwaſſer hervor den Durſt zu löſchen, er gab zuerſt den Erdbewohnern ein himmliſches Geſetz, er ſchreibt die rechte Art und Weiſe zu leben vor und beſtimmt die Gränzen des Rechtes und der Gerechtigkeit. Durch Beobachtung des Faſtens iſt Elias dem Tode entgangen, hat die Erde verlaſſen, iſt in den Himmel eingegangen, wohnt mit den Engeln, ſpeist an der himmliſchen Tafel und bewohnt als ein irdiſcher Gaſt die ewigen Hütten. Eben dadurch wird Johannes ein Engel im Fleiſche, lebt himmliſch auf Erden, erſchaut, ergreift, erfaßt allein das anbetungswürdige, unbegreifliche Geheimniß der allerheiligſten Dreieinigkeit. Auch wir, liebe Brüder, wenn wir an der Herrlichkeit des Moſes, an dem Leben des Elias, an den Tugenden des Johannes, an den Verdienſten aller Heiligen einen Theil haben wollen, auch wir müſſen mit Gebet, Faſten und Liebeswerken uns beſchäftigen. Wer ſo lebt, damit ſich verwahrt, der wird als ein chriſtlicher Waffenträger, als ein Kriegsmann des Herrn die Pfeile der Sünden, die Geſchoße des Satans, die Ränke der Welt, die heimlichen Fallſtricke der Laſter, die Waffen des Todes nicht fürchten. Die böſen Zei-

Digitized by Google

ten bringt uns die Verachtung Gottes, nicht aber der Lauf der Zeiten an und für ſich. Was wir nun verloren durch Verachtung Gottes, das ſollen wir durch Faſten wieder erlangen, laſſet uns unſere Seelen durch Faſten zum Opfer bringen, weil wir nichts beſſeres haben was wir Gott opfern könnten, wie der Prophet bezeugt, wenn er ſpricht (Pſ. 50. 19): „„Das Opfer welches Gott gefällt, iſt ein zerknirſchter Geiſt, und ein zerſchlagenes und demüthiges Herz verachtet Gott nicht.““ „Menſch, opfere Gott deine Seele und bringe das Faſten als Opfergabe dar, ein reines, heiliges, lebendiges Opfer, an welchem, obgleich es Gott dargebracht wird, dennoch auch du einen vorzüglichen Antheil haſt. Wer dieſes Gott nicht giebt, der wird ſich einſt nicht entſchuldigen können; aber nothwendiger Weiſe muß man vorerſt Herr ſeiner ſelbſt ſeyn, um ſich darbringen zu können. Soll aber dieſes vor Gott angenehm ſeyn, ſo müſſen damit die Liebeswerke in Verbindung treten.“

IX. Kapitel.

Das Faſten iſt eine Genugthuung für die Sünden und ein Verſöhnungsopfer.

Der chriſtliche Dichter Prudentius hat vor alten Zeiten nicht übel klingende Verſe vom Faſten der Mäßigen geſchrieben, wovon wir einige zum Muſter herſetzen.

Digitized by Google

„Komm' Jeſu, komm' zu uns in keuſcher Nüchternheit,
In dieſer Dir ſo angenehmen Faſtenzeit;
Verborgen liegt darin des Himmels Luſt und Gottes Huld,
Und ausgeſühnet wird dadurch die Sündenſchuld.
Gezähmet werden auch in ihr die böſen Triebe,
Geordnet und verdrängt die allzu ſinnliche Liebe.
In keuſcher Zucht wirſt du in ſelber Gott gefallen
Und muthig und vergnügt auch ſeine Wege wallen.
Erleuchtet wird der Sinn, der Körper wird gereinigt
Und was damit gefehlt, — durch Sparſamkeit gepeinigt.
Gebrauche fein o Menſch, benütz die Zeit der Gnaden,
Sie wird dir nützen nur und ganz gewiß nicht ſchaden.“ —

Als Urſache fügt er bei: „Gleichwie Feuer durch Waſſer gelöſcht wird und der Schnee vor dem warmen Sonnenſchein zerſchmilzt, ſo tilgt das Faſten alle Sündenſchuld, wenn du damit die Freigebigkeit verbindeſt (Tob. 12. 8). „„Das Gebet iſt gut in Verbindung mit Faſten und Almoſen.““ Fürwahr, wer die Seele durch Gebet, den Leib durch Faſten, den Beutel durch Almoſen reinigt und peinigt, der trägt Waſſer hebei, die Flammen ſeiner Sünden auszulöſchen.“ Wie bedeutend man bei allen gottſeligen Uebungen vom Faſten unterſtützt wird, haben wir in den vorigen Kapiteln gezeigt. Es iſt hier nicht zu vergeſſen, daß wir noch im erſten Theile unſerer Abhandlung ſind und die Urſachen, wa-

Digitized by Google

rum wir faſten ſollen, zu erklären haben. Den ſchon angeführten Urſachen fügen wir noch dieſe bei: „Faſten iſt eine Genugthuung für die Sünde“, und davon ſoll nun weitläufiger die Rede ſeyn.

§. 1.

Paulus von Tarſus ermahnt ſeine Zuhörer zum Leiden (II. Tim. 2. 12): „Dulden wir mit Ihm, ſo werden wir auch mit Ihm herrſchen.“ Hier möchte vielleicht ein Landpfleger Feſtus rufen (Act. 26. 24): „Du biſt von Sinnen Paulus! Das viele Leſen macht dich wahnſinnig. Sollen wir denn unſere Schmerzen den Schmerzen die Chriſtus erduldete noch beifügen? Iſt denn das Werk unſerer Erlöſung nicht vollkommen? Hat Chriſtus nicht genug gelitten? Was ſagſt du Paulus? Du biſt von Sinnen.“ Mein theurer Feſtus, ich bin nicht von Sinnen, ich rede wahre und vernünftige Wort (Coloſſ. 1. 24). „Dulden wir mit, ſo werden wir auch mitherrſchen.“ Und Paulus erklärt ſich ſelbſt über dieſe Worte etwas deutlicher: „Ich erſtatte an meinem Fleiſch, was den Trübſalen Chriſti noch mangelt.“ Chriſtus hat das ihm als Heiland der Welt übertragene Geſchäft auf das Vollkommenſte verrichtet, ſein Tod iſt eine Schatzkammer von unendlichem Werthe, der auch unerſchöpflich bleibt. Gott hat in ſeinem ewigen Rathe beſchloſſen, daß Chriſtus nicht nur ſeiner Perſon, ſondern auch ſeinen Gliedern und ſeinem Leibe nach, welcher die Kirche iſt, leide und dulde, indem nämlich die Chriſten durch Leiden und

Digitized by Google

Dulden dem Ebenbilde des leidenden und gekreuzigten Chriſtus ähnlich und ſeiner Herrlichkeit theilhaftig werden ſollten. Jedoch hat der liebreichſte Heiland gewollt, daß wir von dieſer Schatzkammer uns etwas erbetteln, und was uns dann gerne und in großer Fülle geſchenkt wird, zu unſerm Nutzen annehmen und gebrauchen. Es iſt gerade ſo, als wenn Jemand einem guten Freund dreihundert Thaler ſchenkt, doch mit dem Beding, daß er ſie ſelbſt nach Hauſe trüge, und dieſer lehnte das Geſchenk ab, weil es ihn zu ſehr beſchwere, oder verlangte einen Knecht der es ihm trüge, oder brächte andere Gründe vor, warum er es nicht annehme. Wenn du dich weigerſt dieſes reichliche Geſchenk anzunehmen und das Geld ſelber nach Hauſe zu tragen, wird dieſes ein anderer gar gerne thun. Ein ſolches Geſchenk macht uns auch Chriſtus, der ſo viel Schmerzen mit ſo großer Geduld erlitt, aber er wollte (Röm. 7. 18), daß auch wir mit Ihm litten, um ſo mit Ihm verherrlichet zu werden, und das heißt erſtatten, was dem Leiden Chriſti noch an unſerm Fleiſche mangelt. Ueberſchwänglich iſt das Erlöſungswerk Chriſti unſers Herrn, unendlich, unermeßlich der Werth desſelben, aber nur für die, welche erlöst ſeyn wollen, welche ſich nicht weigern mit zu leiden und Verlangen tragen nach ihrem Heile. Hieher paßt ganz wohl was Bonaventura ſagt: „Gott verfährt mit der kranken Seele und heilt ſie, wie ein Arzt den kranken Leib.“ Gemeiniglich iſt die erſter Vorſchrift des Arztes die: Der Kranke enthalte ſich vom

Weine, Obſt, dieſer und jener Speiſe.“ Dann erſt wird der Leib gereiniget, und Blut herausgelaſſen werden. So ſagte auch Chriſtus anfangs (Jo. 8. 11): „Gehe hin und ſündige forthin nicht mehr.“ Seufze und empfinde tiefe Reue über das Vergangene, nimm dich in Acht daß du nicht wieder ſündigeſt. Darauf folgt die Aderläße: „Kauf dich los von deinen Sünden durch Almoſen, laß die Gold- und Silber-Adern des Beutels fließen. Haſt du fremdes Geld in Beſitz genommen? gieb es zurück. Haſt du einem andern ſeinen ehrlichen Namen geraubt? ſtelle ihn wieder zurück. Haſt du ihm ſonſt Schaden zugefügt? erſtatte, gieb zurück. Aber wenn auch die Sünden noch ſo gerne nachgelaſſen werden, ſo ſoll man doch einiger Strafe für das verübte Böſe ſich unterziehen; und dieſes geſchieht am beßten durch Enthaltſamkeit, Faſten und ähnliche Bußwerke. Dieſes beſtätigt auch die heilige Schrift. Die Sünde des Ehebruchs und Todſchlages wurde dem hebräiſchen König David ganz und gar vergeben, doch ſagt Nathan der Prophet (II. Reg. 12. 13, 14): „Der Herr hat dir deine Sünde verziehen, du ſollſt nicht ſterben: aber weil du durch dieſe That Anlaß gabſt, daß den Herrn ſeine Feinde läſtern können, ſo wird der Sohn der dir geboren iſt des Todes ſterben.“ Was ſagſt du da, Nathan? Wenn der Sünder Gnade gefunden, warum wird denn die ſchuldige Strafe gefordert? Die Theologen erklären die Sache ſo: „Gott läßt die Sündenſchuld ganz nach, nicht aber jede Sündenſtrafe, ſondern nur die ewige“ Auch der

Digitized by Google

König David verzieh ſeinem Sohne Abſolon den Mord ſeines Bruders, indem er ſagte: „Er mag zwar in ſein Haus zurückkehren, aber mir komme er nicht unter die Augen“ (II. Reg. 14. 24). So ließ er ihm die Schuld, aber deßwegen noch nicht die ganze Strafe nach. Dieſe zwei Stücke, Schuld und Strafe, ſind in einer jeden Sünde, wie zwei kleine Würmer in einem Apfel verborgen. Wenn die Schuld nachgelaſſen iſt, iſt darum noch nicht auch die Strafe ſchon nachgelaſſen. Man muß daher auch wegen eines geringen Vergehens vor Gott Buße thun und Genugthuung leiſten, denn es hat ja auch ein jedes Haar ſeinen Schatten. Zu dieſer Genugthuung, zu dieſer Buße iſt nichts paſſender und empfehlenswerther als Faſten und Enthaltſamkeit. Dieſes iſt das paſſendſte Pflaſter für eine ſolche Wunde, das erprobteſte Gegenmittel für ein ſolches Gift.

Die Sünden und Vergehungen aller Art ſo wie Sündenſtrafen werden durch Gebet und Almoſen getilgt, inſonderheit aber durch Faſten. Dieſes lehrt auch mit Beſtimmtheit der große Schriftgelehrte von Aquin (S. Thomas 2. 2. q. 147. art. 3 in conclus.): „Weil das Faſten zur Tilgung und Verminderung der Schuld, ſowie zur Erhebung des Sinnes zu geiſtlichen Dingen dienen ſoll ꝛc.“ Das Faſten, vorzüglich wenn es aus freiem Willen geſchieht und durch keine Gebote befohlen wird, iſt ein Genugthuungsmittel für unſere Vergehungen. Daher ſagt man wohlweislich: Ein freiwilliges Faſten, wenn es auch nur einen einzigen

Digitized by Google

Tag währt, läßt uns mehr abbüßen, als die peinlich-ſten Strafen in der andern Welt. Der hebräiſche Pſalmendichter tröſtet ſich ſelbſt auf dieſe Weiſe (Pſ. 53. 8): „Ich will Dir ein freiwilliges Opfer bringen; da ich wohl weiß, daß ſolche freiwillige Opfer dir am allerangenehmſten ſind.“

Es ereignet ſich zuweilen, daß ein verſchwenderiſcher Menſch ſo in Schulden kommt, daß er zuletzt nicht mehr zahlen kann; die Gläubiger laufen ſich ab, fallen über ſein Hab und Gut her, verkaufen die Mobilien und Hausgeräthe, und iſt noch etwas liegendes und unbewegliches da, ſo vertheilen ſie es unter ſich, und wie die Alten es zu nennen pflegten, verſchneiden es. Ein jeder empfängt etwas, aber nur etwas weniges, keiner erhält ganz was er zu fordern hätte. Wäre der Schuldner ſparſamer geweſen, ſo hätte er nach und nach, wenn er auch täglich nur einen Pfenning auf die Seite gethan hätte, ſchuldenfrei werden können. Dieß hat er aber nicht gewollt und verſäumt, darum mag er den Schaden tragen, den er ſelbſt gewollt und herbeigeführt.

So lange wir in dieſer Welt leben, machen wir täglich neue Schulden; wenn wir nicht auch täglich mit erneuertem Fleiße und erneuertem Bußgeiſte ſie wieder zu tilgen bedacht ſind, gerathen wir in eine erſchreckliche Verwirrung, kommen immer tiefer und tiefer in die Schulden hinein und können zuletzt gar nicht mehr zahlen. Wollten wir aber zu unſerm Nutzen weiſe ſeyn, wir könnten mit wenigem Faſten ſehr viele

Digitized by Google

Schulden abtragen. Aber wir tragen Bedenken dieſes zu thun, verſchieben es, haben dazu wenig Luſt und wollen zuletzt gar nicht mehr. Der große Gläubiger wird zu ſeiner Zeit ſchonungslos jede Schuld offenbaren und bis auf den letzten Heller fordern.

Wir können Gott auf dreifache Weiſe beleidigen: entweder durch ſündhaften Ehrgeiz, Hochmuth, Stolz und Prachtliebe, oder durch Geldzeiz, Verſchwendung und Ungerechtigkeit: oder durch Lüſte des Fleiſches, Unmäßigkeit, Muthwillen und Geilheit. Ebenſo haben wir auch ein dreifaches Heilungsmittel, nämlich: wider den Hochmuth das Gebet, wider Geiz und Verſchwendung die gottſelige Freigebigkeit und Almoſen, wider die Lüſte des Fleiſches das Faſten, welches die beiden andern darin übertrifft, daß mit dem Gebete gemeiniglich Süßigkeiten und Tröſtungen verbunden ſind, das Almoſengeben nur den Beutel etwas ſchmälert, das Faſten aber den eigenen Leib plagt und ihm wehe thut, alſo gar nichts Angenehmes an ſich hat. Darum wollen wir lieber beten und Almoſen geben, als Hunger leiden. Das Faſten iſt aber beſtimmt eine Arznei die alle übrigen weit übertrifft, weil es die Mackel der Sünden reinigt und ganz tilgt und dabei der Geſundheit den größten Nutzen bringt. Aber wir ſind ſo verzärtelt und lieben unſer Fleiſch zu ſehr, darum fürchten wir uns nur allzu kindiſch vor dieſer etwas bittern Arznei. —

Digitized by Google

§. 2.

Wenn Gott einem ſeiner liebſten Freunde die Wahl ließe, ob er lieber einen Tag der Speiſe ſich enthalten, oder einen Tag im Feuer von hellen Flammen allſeits umgeben ſitzen wollte, würde nicht ein ſolcher Menſch mit zum Himmel erhobenen Händen ſchreien: Mein allerliebſter Herr, ich will ja viel tauſendmal lieber faſten, als eine einzige Stunde in den Flammen liegen. Nun haben wir oben geſagt, wer nur ein einzigesmal faſtet, vorzüglich wenn es freiwillig geſchieht, kann dadurch mehr Strafen tilgen, als wenn er viele Tage im Fegfeuer leidet. Die zeitliche Hölle ſtelle ich mir vor als ein feuriges Bad, das von unſäglichem Jammer und Elend gleichſam entzündet und angefacht iſt. Zuweilen wird der Galgen oder die Richtſtätte gleich an dem Orte aufgerichtet, wo ein Mord, Raub oder ein Verbrechen verübt wurde. So verfährt auch Gott mit dem Satan. Dieſer hat uns die ſelige Unſterblichkeit bei dem verhängnißvollen Baume im Paradieſe geraubt, die ihm wieder mit Gewalt entriſſen und am Baume des Kreuzes uns zurückgeſtellt wurde. Pharao, der die Knäblein der Hebräer im Waſſer erſäufen ließ, ward ſelbſt im rothen Meere mit ſeinem ganzen Heere ertränkt. Aman ließ für den Mardochäus einen Galgen aufrichten, an dem er ſelbſt aufgehängt wurde, und zierte ſo dieſen ſeinen Bau mit ſeinem eigenen Kopfe. Weil das ſchalkhafte Fleiſch ſehr viele und ſehr große Sünden begeht, iſt es mehr denn billig, daß es auch bezahle, was es Böſes thut. Ihr

dürft es wohl glauben, daß in keinerlei Sünde auf ſo verſchiedene Art nnd ſo oft geſündiget werde, als eben darin, daß man dem Fleiſche ſo ungezähmt die Zügel läßt, vorzüglich in der Genußſucht und Wolluſt; darum iſt es billig und nothwendig, daß das Fleiſch durch Enthaltſamkeit und Faſten büße, was es durch Unmäßigkeit und Geilheit verſchuldet. Die Art und Weiſe der Buße muß ſich nach dem Verbrechen richten. Hat das Fleiſch einen thörichten Streich gemacht, ſo ſtrafe man eher dieſes, als den Geiſt oder Geldbeutel.

Hierüber ſchreibt Gregorius ſehr ſchön: „Wir ſind durch den Genuß der Speiſe der Freuden des Paradieſes verlurſtig worden, wir ſollen uns daher aus allen Kräften bemühen durch Enthaltſamkeit wieder im Geiſte aufzuleben (Greg. hom. 16 in Evang.). Das zügelloſe Fleiſch hat uns zur Sünde hingezogen, das abgetödtete Fleiſch ſoll uns wieder zur Gnade und Heiligkeit führen. Hätten wir im Paradieſe faſten wollen, ſo könnten wir jetzt das Faſten wohl unterlaſſen.“ Deßhalb ſagt Gregor von Nazianz: „wir faſten, weil wir nicht gefaſtet haben.“ Dieß beſtätigt auch Ambroſius, indem er ſchreibt: „Faſten iſt ein Verſöhnungsopfer.“

Die Sache iſt an den Einwohnern der Stadt Ninive ganz klar. Ninive, war eine ſehr große und blühende Stadt. Ihre Länge betrug drei Tagreiſen (Jonas 3.) und wenn man die Vorſtädte mitgerechnet, eine Linie ringsherum gezogen hätte, ſo hielte dieſe Stadt gegen zwanzig Meilen im Umkreis, denn ſie war wie Ptolomäus und Strabo ſchreiben, größer als Babylon

und andere Städte. Es wird uns dieß keineswegs unglaublich vorkommen, wenn wir die Mauern der Stadt Rom, die Aurelian erweitert, meſſen wollen. Die Stadt Guiſnay in der Tartarei iſt auch drei Tagreiſen groß und wohl noch darüber. Jonas, der hebräiſche Prophet gieng alſo in die Stadt Ninive und erſchreckte das häufig ſich herzudrängende Volk mit den Worten: „Vierzig Tage noch und Ninive wird untergehen, wenn man nicht durch Buße ſolchem Untergang zuvorkommt.“ Und die Bewohner von Ninive glaubten ſeinen Worten und verkündeten ein Faſteu. Chryſoſtomus hält dafür, dieſes ſtrenge Faſten habe drei Tage und drei Nächte gewährt, ſo daß dieſe ganze Zeit über Menſchen nnd Thiere jegliche Nahrung entbehren, ja ſelbſt die Kinder in der Wiege ſich der Milch enthalten mußten. Nach dieſem dreitägigen Hunger fing ein Faſten von vierzig Tagen an, wie Chryſoſtomus meint, innerhalb welchem man nur zu Abend ein wenig Brod und Waſſer zu ſich nahm, um das Leben zu unterhalten. Und Gott ſah ihre Werke und er erbarmte ſich über ſie und wendete das angedrohte Uebel wieder ab. Die Niniviter hatten nächſt vielen andern Sünden durch ſchändliche Hurerei und Schwelgen Gott ſchwer beleidiget und zum gerechten Zorn gereizt. Er griff zum Schwerte und wollte ihre Laſter ſtrafen, da aber die ganze Stadt anfing ſo ernſtlich zu faſten, ſteckte Gott das ſchon gezückte Schwert wieder an ſeinen Ort. So viel vermag die Buße in Verbindung mit Faſten. Jonas verwundert ſich ſelbſt, daß ſo viele und grobe

Digitized by Google

Laſter ſo bald vergeben würden. Faſten iſt die unwiderſtehlichſte Waffe des Gebetes und erlangt was es nur will. Gewiß, das Faſten hat Gott zu einer ſo ſchnellen Verzeihung bewogen.

§. 3.

Cäſar Baronius, der weltberühmte Schriftſteller, erzählt, daß im Jahre 1124 nach Chriſti Geburt die Chriſten in Paläſtina von den Sarazenen umringt und eingeſchloſſen wurden, und in dieſer Noth nach dem Beiſpiele der Niniviter ein Faſten ausriefen, ſo daß auch die kleinen Kinder und das Vieh keine Nahrung zu ſich nehmen durften. Sie erfochten hierauf einen unglaublichen Sieg; denn das Häuflein von dreitauſend Chriſten, zog, das Panier des Kreuzes an der Spitze, wider vierzigtauſend Sarazenen zum Kampfe aus. Aber eine höhere Macht war mit ihnen. Ein plötzlicher Blitzſtrahl vom Himmel herab hatte die Feinde dergeſtalt erſchreckt und in Verwirrung gebracht, daß ſie haufenweiſe die Flucht ergriffen, ſiebentauſend kamen auf derſelben ums Leben und fünftauſend fanden in den Wellen ihren Tod; die Chriſten aber kehrten unverletzt und ohne erlittenen Verlurſt ins Lager zurück. Das Faſten hat gekämpft, das Faſten den Sieg erlangt. Ambroſius ſchreibt ſo ſchön: „Es iſt kein Verbrechen ſo groß, das nicht durch Enthaltſamkeit getilgt, keine Makel, die nicht durch Almoſen gereinigt werden könnte.“

Der König Achab, nicht etwa nur wegen einer

Digitized by Google

Laſterthat berüchtigt (III. Reg. 21. 27), that endlich Buße, bedeckte ſein Fleiſch mit einem härenen Kleid und übte ſtrenges Faſten. Und dieſe ſeine ernſtliche Buße bewirkte, daß Gott ſich gleichſam ſelbſt erfreute und mit beſonderem Lob von Achab zu Elias ſprach (29): „Haſt du's geſehen, wie ſich Achab vor mir gedemüthiget hat? Darum will ich kein Unheil über ihn verfügen, ſo lange er lebt.“ Faſten iſt die Gott wohlgefälligſte Genugthuung für die Sünden und ein ſehr angenehmes Opfer mit Gott ſich zu verſöhnen.

Hat man denn nicht zu allen Zeiten jede Art von Böllerei verdammt und die Mäßigkeit gelobt; jene als die Urſache aller Uebel, dieſe aber als das beßte Mittel den beleidigten Gott auszuſöhnen bezeichnet? Das Laſter der Böllerei verunreiniget, tödtet und ſtürzt in den Abgrund (Exod. 32. 6, 28). „Das Volk ſetzte ſich nieder, aß und trank und ſtand wieder auf zum Spielen.“ Hier iſt die Rede von einem unreinen geilen Spiel. Deßwegen heißt es weiter unten (Deut. 32. 15): „Und es ſtarben denſelben Tag gegen dreißigtauſend Menſchen. Das liebe Volk mäſtete ſich und ſchlug hinten aus. Es ward fett, ward dick, verließ Gott ſeinen Schöpfer und wich von ſeinem Heile.“ Ihre Unmäßigkeit war Schuld, daß ſie Gott verließen. Erblickt man denn nicht noch immer ſolche Luſtgräber, in welchen das fleiſchlich geſinnte Volk begraben wurde? Wird nicht der alte Heli an der Thüre zerſchmettert, kommen nicht ſeine beiden Söhne in der Schlacht um, haucht nicht das Weib ſeines Soh-

Digitized by Google

nes ihr Leben bei der Geburt aus? Dieſes Haus, das die Opfer betrügeriſch darbrachte und der Völlerei ergeben war, hatte ſolche Strafe wohl verdient. Mußte nicht der Prophet, welcher zur Unzeit gegeſſen, zur Strafe weil er das Faſten brach, von einem Löwen getödtet werden? Muß nicht der reiche Praſſer für ſeinen Ueberfluß und ſeine Gaſtmähler in den Peinen der Hölle büßen, während der arme Lazarus für ſeine Entbehrung im Schooße Abrahams Troſt empfängt? Ward nicht der Anna, dem Weibe des Elkana, nachdem ſie gebetet und gefaſtet, der Prophet Samuel geſchenkt? Erklärt nicht Daniel nach dreitägigem Faſten dem König zu Babel ſeinen Traum? Wer weiß nicht, wie Daniel in der Löwengrube während ſeines Faſtens vom Engel geſpeiſt wurde? Blieben nicht die drei hebräiſchen Fürſtenkinder, die ſich mit Gemüſe und Waſſer begnügten, ganz unverſehrt im babyloniſchen Feuerofen und freuten ſich ſogar dieſer Qual? Fand nicht der Hauptmann, da er faſtete, in ſeinem Gebete Erhörung? Hat nicht Joſue durch Beten den Feind überwunden? Haben nicht das härene Kleid und das Faſten des Königs Ezechias Gott auf wunderbare Weiſe verſöhnt, und alle feindlichen Truppen, wie ſtark ſie auch waren, in die Flucht geſchlagen? Das Faſten iſt ein Verſöhnungsmittel für alle Vergehungen und Gott ein angenehmes Opfer.

Digitized by Google

X. Kapitel.

Faſten iſt dem Menſchen in ſeinem gegenwärtigen Zuſtande ſehr zu empfehlen.

Die Alten führten den Spruch im Munde: „Einem Weiſen iſt leicht zu kochen.“ Denn die Natur iſt mit wenigem ſo wohl zufrieden, daß Mancher ſatt, ja berauſcht wird von dem bloßen Geruch des guten Weines, wie der Vers bezeugt:

Hin und her die Schiffer ſchwanken,
Doch nicht weil ſie ſo viel tranken:
Dieß kommt nur vom Dampfe her,
Denn ſie rauchen ja gar ſehr.

Das Chamäleon lebt von der Luft, die Heuſchrecken vom Thau, die Schwalben von Würmlein und Mücken. Am Fluße Ganges ſoll es Menſchen geben, die nur vom Genuße der Aepfel leben. Die Natur iſt mit wenigem, ja mit ſehr wenigem zufrieden; und dieſes bekommt ihr noch dazu wunderbar wohl. Weil in dieſem Leben Mangel, Armuth, Nothdurft, Hunger ſtets miteinander wechſeln, ſo kann auch der Allerärmſte leicht für jedes Jahr ſo viel Vorrath ſich ſammeln, als nothwendig iſt, das Leben zu erhalten. Die Natur iſt mit gar wenigem zufrieden. Der Hunger iſt nicht delikat und verſchmäht eine Speiſe nicht, die leicht zu bekommen iſt; was er bekommt das ſchmeckt ihm nnd er genießt es mit Luſt.

Digitized by Google

Wir haben nun erwieſen, die Mäßigkeit und das Faſten gereiche der Geſundheit zum größten Nutzen, ſey eine rechte Würze der Speiſe und des Schlafes, vermehre das Geld und den guten Namen, und ſey ein vorzügliches Hilfsmittel bei geiſtlichen Uebungen. Jetzt ſoll auch gezeigt werden, daß uns das Faſten auf dieſer irdiſchen Pilgerſchaft gar gut anſtehe.

§. 1.

Wären wir im Paradieſe ſchön gehorſam geweſen, und hätten wir die lüſterne Hand nicht nach dem verbotenen Apfel ausgeſtreckt, ſo wäre unſer ganzes Leben nichts anders geweſen, als ein ſteter Ueberfluß von allen denkbaren Freuden und Genüßen. Dieſes ſollen wir oft bedenken, damit wir ſo deſto leichter zur Erkenntniß deſſen, was noth thut, hingeführt werden. So aber ſind wir ſchon lange aus dem Paradieſe verſtoſſen, und müßen unſer ganzes Leben auf die Buſſe verwenden. Statt der Blumen wachſen uns Dornen, mit dem Unkraute müßen wir zufrieden ſeyn. Wohl eine elende Zuſpeiſe! Aber dieſes Leben iſt ja eine Zeit der Buße und heilſamen Trauer, und dazu paßt nichts beſſer, als Entbehruugen und Faſten. Als man den König Saul zu Grabe trug, faſteten ſeine Unterthanen ſieben Tage. Trauern und Faſten ſind ſich nahe verwandt.

Das Landvolk in Babylonien forderte die gefangenen Juden auf: (Pſ. 136. 3. 4.) „Singt uns eines von den Liedern Sions.“ Dieſe antworteten: „Wie

könnten wir in einem fremden Lande des Herrn Lied ſingen?“ Jene mögen ſingen, die jetzt noch zu Jeruſalem wohnen. Unſer Mund paßt nicht zu muſikaliſchen Inſtrumenten, die von Kummer nnd Sorgen tiefgebeugte Seele will keine Freude, und wendet ſich von ihr hinweg. Ebenſo verhält es ſich mit uns, die wir aus dem Paradieſe verſtoſſen, im Elende herumirren, und — was noch das Allerſchlimmſte iſt, — nicht wiſſen, ob wir dereinſt wieder in das Paradies gelangen werden. Hienieden Vergnügungen ſich hingeben, Gaſtmählern und Trinkgelagen beiwohnen, verträgt ſich mit der Traurigkeit dieſes Lebens durchaus nicht. Ein frohes an Freuden reiches Leben in der Verbannung und Verfolgung führen, iſt ein Unſinn; Spiel und Tanz im Thränenthale, ein Abentheuer. Die gegenwärtige Zeit erfordert Buße, Thränen uud Entbehrungen. Im Garten Eden vernahm man das ſo ſüße und liebliche Wort: (Gen. 2, 16. 3, 18. 19.) „Von allen Bäumen im Paradieſe darfſt du eſſen.“ Aber ein Donnerſchlag folgte daranf: „Du ſollſt von den Kräutern der Erde leben. Im Schweiße deines Angeſichtes ſollſt du dein Brod eſſen, bis du wieder zur Erde wirſt, woraus du kamſt; denn Staub biſt du, und wirſt wiederum zu Staub werden.“ Gemüſe und Kraut iſt die Speiſe der Faſtenden.

Darum dürfte man jene, die ſtets ein großes Feuer auf dem Heerde unterhalten, volle Küchen, herrliche Tafeln, einen ausgefüllten Wams haben, füglich fragen: „Ach höret doch ihr guten Leute, wiſſet

Digitized by Google

ihr auch, in welchem Lande, in welchem Stande ihr euch befindet; kennt ihr die Aufgabe, die euch geſetzt iſt, den Zweck eures Hierſeyns? Meint ihr, ihr wohnet noch in dem herrlichen, angenehmen Luſtgarten? Ihr ſeyd wohl einmal im Paradieſe geweſen, aber jetzt ſeyd ihr's nicht mehr; jetzt wohnet ihr in einer traurigen Wüſte, in einer ſchauerlichen Einöde.

Iſaias ſprach vor Zeiten die Drohung aus: „Der Herr, der Gott der Heerſchaaren, wird an jenem Tage zu Thränen, zum Jammergeſchrei, zur Klage, zur Anziehung des Bußſackes rufen. Und ſehet! da wird man ſich freuen und frohlocken. Man wird Kälber tödten und Widder ſchlachten, Fleiſch eſſen und Wein trinken. Laſſet uns nur eſſen und trinken; denn morgen ſterben wir. Die Stimme des Herrn erſcholl in meinen Ohren: Fürwahr! dieſe Miſſethat wird euch nicht vergeben, bis ihr ſterbet. So ſpricht der Herr der Heerſchaaren“ (Iſ. XXII. 12, 13.).

Dieſes Liedlein wurde den Juden vor Zeiten vorgeſungen; Chriſtus thut bei uns Chriſten das nämliche: (Luc. 6. 24. 25.) „Wehe euch Reichen; denn ihr habet euren Troſt ſchon empfangen. Wehe euch, ihr Geſättigten; denn euch wird hungern.“ Dieſe Worte bedürfen keiner weitern Erklärung; denn ſie ſind klar und deutlich genug. „Wehe den Reichen, wehe den Poſſenreißern, wehe den Geſättigten und Säufern. Wehe allen denen, die den Himmel auſſerhalb des Himmels ſuchen, und dorthin verſetzen, wo er nicht zu finden iſt, die ihr Gutes in dieſem Leben empfan-

Digitized by Google

gen, und was ihnen Widerwärtiges begegnet, mit leichtfertiger Freude vermiſchen. Wehe denjenigen, die eine andere Seligkeit, als die ewige Seligkeit genießen wollen.“ Und dieſes Wehe iſt im neuen Teſtamente meiſtentheils mit der Hölle gleichbedeutend. Wenn denn nun dieſes Wehe nicht dem Nüchternen und Faſtenden, ſondern dem Geſättigten und Trinkenbolde, als einem zweiten Damokles wie ein gezücktes Schwerdt nur an einem Pferdehaare befeſtigt, über dem Haupte ſchwebt, warum doch ſollten wir der Nüchternheit, dem Faſten und der Mäßigkeit zürnen? Sind wir denn ſo thöricht, daß wir über unſer eigenes Verderben uns freuen und frohlocken? Wenn die Handwerksburſchen eine Stadt verlaſſen, und in ein anderes Land ziehen, ſo ſchicken ſie gewöhnlich Muſikanten und ein Faß Bier unter allerlei beſonderen Gebräuchen und üblichen Ceremonien voraus, um recht froh und munter die Reiſe antreten zu können. Wollten es aber die gefangenen Sklaven, welche zu den Galeeren abgeführt werden, auch ſo machen, und ſich auf ihrem Wege zum Gefängniſſe mit Sang und Klang voraus ſpielen laſſen, ſo begingen ſie eine gränzenloſe Narrheit, worüber ſelbſt ein Demokrit ſich zu todt lachen möchte. Denn ihr Unglücklichen, was ſoll dieſe Freudenmuſik? In dieſer Stunde noch wird man euch an die Bank ſchmiden, und ihr wollt ſelbſt zu euerer Richtſtätte noch unter Frohlocken und Jauchzen hingehen? Wir ſterbliche Menſchen ſind auch alle auf die Galeeren verurtheilt, einer ſitzt hier, der andere dort

Digitized by Google

auf einer Bank. Wir hören gar oft den ſchrecklichen Ruf: „Rudere Galgenvogel, rudere aus allen Kräften, rudere.“ Wir kommen auch vom Ruder nicht hinweg bis an das Ende unſers Lebens. Was iſt nun das für eine glänzende Thorheit, wenn die Verbrecher auf den Galeeren vornehm zu Mittag, köſtlich zu Nacht eſſen, und ſtets wie in der Faſtnacht leben wollen? Was treibt ihr denn ihr Wahnſinnigen, ſucht ihr denn bei den gemeinen, elenden Ruderbänken gute Tage, ein angenehmes Leben? Dazu iſt hier weder Zeit noch der Ort. Man ſoll arbeiten und ſchwitzen, mäßig ſeyn und faſten, das iſt hienieden unſere Beſtimmung, das unſere Lebensaufgabe. Woll't ihr's ändern und verkehren? Habet Acht, daß man euch nicht in der andern Welt das Liedlein vorſinge: (Luc. 16. 24.) „Gedenke o Sohn, daß du dein Gutes in deinem Leben empfangen haſt.“

§. 2.

Fürwahr, es iſt eine Freude, wenn man den eigentlichen Zweck unſers Lebens von der rechten Seite in's Auge faßt. Unter den Altvätern lebte ein Mann von hoher Heiligkeit, Pior mit Namen, der damit wohl bekannt war; denn, wenn er Speiſe zu ſich nahm, ſo ſetzte oder legte er ſich niemals nieder, ſondern ging jederzeit auf und ab. Da man ihn fragte, warum er dieß thue, antwortete er: „Wenn ich Speiſe zu mir nehme, ſo thue ich gleichſam nichts, treibe ein unnützes Werk.“ Seine Tafel war ſo eingerichtet:

Digitized by Google

eine einzige Schüßel mit fünf Oliven war die Speiſe, und in Ermangelung eines beſſeren, bitteres Salzwaſſer, ſein Malvaſier. Da ihn einige ermahnten, er möchte, um ſich und die Fremden, die ihn beſuchten, von einer. ſehr großen Ungelegenheit zu befreien — denn wer zu ihm kam, mußte das Waſſer ſelbſt mitbringen — ſich au einen anderen Ort begeben, antwortete Pior voll Geiſt und Weisheit: „Wenn wir uns weigern, hienieden die Bitterkeit eines mäßigen und enthaltſamen Lebens zu koſten, und es ganz gemächlich haben wolleu, werden wir der ewigen Freude im Paradieſe verluſtig.“ Dieſer Mann kannte den Zweck des gegenwärtigen Lebens gar wohl, darum hat er 30 Jahre lang ein ſo ſtrenges Leben geführt.

Wir ſind armſelige Ruderknechte, die man über kurz gar über Bord werfen wird. Ich bitte euch, warum jagen wir doch den Wollüſten nach, warum erſchrecken wir vor der Enthaltſamkeit? Mit weniger Nahrung lebt man am geſündeſten. Warum doch erweitern wir den Magen ſo ſehr, da wir jeglicher Luſt nachgeben? Chryſoſtomus ſucht bei jeder Gelegenheit uns die Mäßigkeit zu empfehlen: (hom. 10 in ep. ad Philipp.) „Du haſt einen Bauch, nicht daß du ihn nähreſt, ausdehneſt, ihm gehorcheſt, ſondern daß du über ihn herrſcheſt, daß er dir diene zum Unterhalte der andern Glieder, nicht daß du ihm dieneſt, nicht daß du das Maaß überſchreiteſt.“ So wiſſe denn, deine gegenwärtige Beſtimmung iſt, daß der Leib unterthänig und gehorſam ſey, der Geiſt aber herrſche;

es wird einſt eine Zeit kommen, wo dann beide miteinander vereiniget über alle Dinge regieren.

Severinus Boethius ſpricht von dem Stande des gegenwärtigen Lebens in ſeiner Rede alſo: „Die Natur iſt mit Wenigem, ja äußerſt Wenigem zufrieden, und wenn du ihrer Genügſamkeit durch Ueberfluß Gewalt anthun willſt, ſo wird es für dich entweder unangenehm oder ſchädlich ſeyn.“ Die Theologen behaupten, das Faſten ſey ſchon durch die Natur geboten, und ein Recht der Natur, darum, wenn einer den Reitzen des Fleiſches, oder den Verſuchungen des böſen Geiſtes nicht anders widerſtehen kann, ſo ruft ihm ſelbſt die Natur zu: „Enthalte dich, faſte, enthalte dich, enthalte dich.“

Man erzählt ſich von einem Manne, der in einem grauenvollen Kerker geworfen ward, auf daß er darin Hungers ſterbe. Wie denn überhaupt der Hunger wehe thut, und erfinderiſch iſt, ſo fing er an, in den Riſſen umznſehen, ob er keine Nahrung fände; er durchſuchte und durchſtöberte alle Winkel, und fand leider nichts als Steine. Steine ſind aber eine ſchlechte Koſt, und für die Zähne gar nicht gut, doch die Liebe zum Leben macht, daß man der Zähne wenig achtet. Um ſein Leben zu erhalten, weigerte er ſich nicht herzhaft zu faſten. Deßhalb nagte er nicht, ſondern ſaugte an ſeinem überaus harten Brode wie ein Kind, und legte es dann wieder hin. So machte er es auch den folgenden Tag, und bei dieſer Lebensweiſe friſtete er ſein Leben bis zur neunten Woche. Jedermann glaubte,

Digitized by Google

er wäre ſchon längſt vor Hunger eingeſchrumpft und geſtorben, aber zum großen Erſtaunen fand man ihn noch lebend und noch dazu geſund, nur wegen des ſo langen Hungers kraftlos und erſchöpft. Sieh, mein Lieber, wie wahr der Ausſpruch des Boethius iſt, (ep. 17 et 21) daß die Natur mit gar Wenigem zufrieden ſey. Dieſes bekräftigt auch Seneka durch ein gar herrliches Zeugniß: „Der Hunger begnügt ſich mit Wenigem, der Eckel braucht Vieles.“ Ihr ſeyd unglücklich, wenn ihr glaubet, euer Hunger ſey größer als euer Bauch. Der Bauch iſt kein verdrießlicher und läſtiger Gläubiger, er iſt ſehr genügſam; gib ihm nur, was du ihm geben mußt, und nicht, was du geben kannſt.

§. 3.

Zum Beſchluße füge ich noch bei, daß ein ſehr berühmter und gelehrter Arzt mich in einer Unterredung mit ihm einſtmals auf das Ernſtlichſte verſicherte, man lebe beſtimmt am geſündeſten und heiterſten, wenn man zu Nacht entweder gar nichts, oder doch nur eine einzige Speiſe, oder wie er ſich ausdrückte, einfache Koſt, als gutgeſottene Gerſte, ein paar Eier, Eierbrühe, oder was er ſich noch am erſten gefallen ließe, eine leichte Fleiſchſpeiſe, aber nur eine einzige zu ſich nehme. Ebendieß befiehlt auch Cardanus: „Nimm zum Nachteſſen ein wenig Fleiſch, oder gute Fiſche, beſonders gebratene, ſo wirſt du ſtets geſund bleiben, und den Gebrauch deiner Sinne bis zum höchſten Alter bewahren.“ Alle Gelehrten haben

Digitized by Google

dieſe Lebensweiſe für die geſündeſte und beßte gehalten. Aber du möchteſt fragen: „Dieß gilt von der Speiſe, was erlaubſt du Abends zum Trunke? Iſt's zu viel eine ganze Maaß Wein?“

Lieber Leſer, wenn du ein Fraß biſt, oder ein Säufer, ſo wirſt du dir kein Geſetz und keine Ordnung vorſchreiben laſſen; haſt du aber die Geſundheit und einen nüchternen Leib lieb, ſo wirſt du den Trunk nach dem Eßen rechtmäßig abzumeſſen wiſſen. Wer nicht viel ißt, braucht auch nicht viel zu trinken. Gerſten- und jede andere Suppe enthalten den Trank ſchon in ſich. Darum ſoll man zu dergleichen Speiſen entweder gar nicht trinken, oder doch ſehr ſpärlich. Geſchieht es anders; ſo wird wider die Regeln der Aerzte und der Geſundheit gehandelt. Die Liebe zum Leben oder zur Geſundheit ſoll dir manchmal einen heilſamen Hunger oder Durſt nicht zulaſſen. Höre nur, was Chriſtus ſagt: (Luc. 6. 21.) „Selig, die ihr jetzt Hunger leidet, denn ihr werdet geſättiget werden.“ Das Leben iſt kurz und ungewiß ſeine Dauer; es ſoll nur unter Mühſalen und Beſchwerden zugebracht werden. Selig jene, die ein wenig Hunger und Durſt leiden lernen; ſelig jene, die mit Freude thun, was zu thun die Nothwendigkeit gebietet; ſelig jene, die auf das ſo heilige Geſetz der Enthaltſamkeit den Leib zu kaſteien ſchwören; ſelig jene, die mit geringer und ſchlechter Koſt zufrieden ſind, und die Stillung ihres Hungers auf den Himmel ſparen; ſelig jene, bei denen man von Gaſtmählern, Banqueten, Trinkgelagen

und Zechereien nichts weiß, ſie werden an einem beſſern Ort geſpeiſt und geſättiget werden. Der Prediger warnt uns ganz weislich: (Pred. 3. v. 1 et 4.) „Jedes Ding hat ſeine Zeit. Es gibt eine Zeit zum Weinen und eine Zeit zum Lachen; eine Zeit zum Eſſen und zur Enthaltſamkeit; eine Zeit zu Gaſtmählern, eine Zeit zum Faſten. Jetzt, da wir auf den Galeeren an die Ruderbänke geſchmidet arbeiten, iſt eine Zeit zum Weinen und Faſten, im Himmel dann wird die Zeit kommen, ein Freudenmahl zu halten. Wir werden geſättiget werden, wenn die Herrlichkeit des Herrn erſcheinen wird.

XI. Kapitel.

Der Nutzen des Faſtens wird durch die tägliche Uebung heiliger Perſonen beſtätigt.

Xenophon hat die Jugendgeſchichte des Cyrus geſchrieben, Plato vom Staatsregimente, Cicero lieferte Reden, aber ein Jeder machte es bei ſeiner Arbeit wie die Maler, welche Porträte ſchöner machen, als die Menſchen an ſich ſind. Die Cyropaedie des Xenophon iſt voll der ſchönſten Lehren, die er dem Cyrus zuſchreibt, nicht als hätte er in der That ſo gelebt, ſondern um ihn zu lehren, wie er hätte leben ſollen. Unter andern Lehren führt Cyrus auch dieſe an: „Wer auf dieſe gegenwärtigen Vergnügungen Verzicht leiſtet, nnd ſich davon enthält, der gibt den Gedanken nicht auf, doch einmal fröhlich ſeyn zu können,

Digitized by Google

er hofft in der Zukunft deſto mehr Freuden zu genießen, je mehr er ſich hienieden derſelbeu enthält.« Dem Einwurf, den weltlich geſinnte Menſchen hier machen, begegnet Cyrus. Sie ſagen nämlich: Was ſoll die ewige Traurigkeit? Es iſt eine Zeit zum Weinen, eine Zeit zum Leiden, eine Zeit zum Faſten und zur Enthaltſamkeit, eine Zeit zum Geben. Auf den Galeeren muß man ſchwitzen, Hunger und Durſt leiden, da darf man nicht an Faſanen und Geflügel, nicht an gute Biſſen denken, ja ſchimmlichtes Brod und faules Waſſer machen die Leckerbiſſen aus. Wie lange werden wir dieſes läſtige Gerede noch anhören müſſen? Immer derlei Sachen im Kopfe haben, iſt verdrießlich und macht ſchwermüthig. Laßt uns fröhlich ſeyn und dieſes ſey unſere einzige Sorge, daß es uns wohl ergehe, ſo lange es möglich iſt. Cyrus antwortet Menſchen von ſolcher Denkungsweiſe mit gar wenigen Worten: Seine Wollüſte überwinden, iſt der größte Sieg. Dieſes haben auch alle Freunde Chriſti zu allen Zeiten ſehr wohl eingeſehen. Ich will nur einige davon hier anführen, wollte ich dieſes von allen oder doch von der Mehrzahl thun, ſo würde ein ganzes Buch ihre Namen kaum faſſen. Ich will alſo meiner Gewohnheit gemäß nicht zuſammenſtellen, ſondern ausleſen, und einige wenige Beiſpiele von ſolchen hier anführen, die ſich durch Faſten und Mäßigkeit ausgezeichnet, und uns ihre ſpäten Nachkömmlinge gelehrt, auf demſelben Wege dem Himmel zuzuwandern.

§. 1.

Baſilius der Große kann das Faſten nicht genugſam preiſen: „Du wirſt finden, ſchreibt er, daß alle Heiligen, ſo viel ihrer jemals lebten, durch Faſten zu einem Gott wohlgefälligen Leben gelangten. Durchleſe alle Bücher der heil. Schrift, und du wirſt dich überzeugen, daß die berühmteſten und heiligſten Perſoneu öfters ſehr ſtrenges Faſten übten.“

Moyſes hielt ein zweimaliges vierzigtägiges Faſten ſehr gewiſſenhaft, (Deut. 9. 9.) ſo daß er die ganze Zeit hindurch weder Speiſe noch Trank zu ſich nahm. Er ſpricht von ſich ſelbſt alſo: (18.) „da ich auf den Berg gegangen war, die ſteinernen Tafeln zu empfangen, die Tafeln des Bundes, blieb ich 40 Tage und 40 Nächte auf dem Berge, und aß kein Brod und trank kein Waſſer.“ Dieß war das erſte vierzigtägige Faſten, das Moyſes übte. Von dem zweiten erwähnt er: „Und ich fiel vor dem Herrn nieder wie zuvor, und aller eurer Sünden wegen, die ihr wider den Herrn begangen, und wodurch ihr ihn zum Zorne gereizt habt, aß und trank ich wiederum vierzig Tage und vierzig Nächte nichts.“ (19, 20.) Denn ich fürchtete ſeinen Unwillen und Zorn, wodurch er gegen euch ſo ſehr aufgebracht war, daß er euch vertilgen wollte. Der Herr erhörte mich aber auch dießmal noch. Siehſt du, wie viel Faſten mit Gebet vermag.

Den Moyſes ahmte Elias nach, der auf die Mahnung des Engels ſich mit ſchwarzem Brode und Brunnenwaſſer erquickte, und durch dieſe Speiſe ge-

Digitized by Google

ſtärkt 40 Tage und 40 Nächte bis an den Berg Gottes, Horeb, ging (3 Reg. 19. 8). Nachdem er ſo lange gefaſtet, ward er einer ganz geheimen Unterredung mit Gott gewürdiget. Wunderbar! von dieſen beiden Faſtern allein wiſſen wir, daß ſie auf dem Berge Tabor erſchienen und mit Chriſtus redeten: ſo enge Freundſchaft bindet das Faſten mit dem Himmel.

Judith, eine Wittwe von hoher Heiligkeit, wie die hl. Schrift bezeugt, faſtete alle Tage ihres Lebens, die Sabbate und Feſte des Hauſes Iſrael ausgenommen. Dieſes Weib hat allein den aſſyriſchen Feldherrn Holofernes durch Gebet und Faſten überwunden und geſchlagen (Judith. 8. 6).

Die Königin Eſther ſtand dieſer Judith nicht nach, da ſie drei gauze Tage hindurch ohne weder Morgens noch Abends die geringſte Speiſe zu nehmen, im Gebete verharrte. Sie begehrte etwas von ſehr großem Belange und erhielt es; Faſten mit Gebet vermag alles (Eſth. 4. 16 u. 14. 2).

Sara iſt hierin der Eſther ganz gleich, ſie brachte gleichfalls drei Tage mit Faſten und inſtändigem Gebethe zu. Kein Geſchütz, kein Mauerbrecher kann ſo gewiß den Himmel erſtürmen und bezwingen als das Faſten (Tob. 3. 10).

Job, ein Meiſter der Geduld lag ſchon auf dem Düngerhaufen, wie auf einem Bette, ſeine Freunde ſtanden, ihn bemitleidend, um ihn her, während er 7 Tage und 7 Nächte mit Faſten zubrachte; um in jeder Art ein Beiſpiel der Geduld zu geben, hat er nicht

nur die Schmerzen des Leibes, ſondern auch den Ungeſtüm des Magens, Hunger und Durſt erduldet. Die wahre Geduld erlaubt ſich keine Ausnahme; Job kämpfte mit den Waffen des Stillſchweigens und Faſtens, und hat auf ſolche Weiſe den Sieg davon getragen, und über die hölliſchen Feinde triumphirt. Willſt du den böſen Geiſt überwinden, ſo faſte. Dieſer Feind fürchtet ſich nicht vor Freſſern und Geſättigten, ſondern vor den Mäßigen und Nüchternen. Der Kaiſer Sulpitius Galba ſchickte, wie Suetonius berichtet, Aulus Vitellius, einen ſehr gefräßigen und dem Bauche ergebenen Menſchen in das untere Germanien, woran kein Menſch gedacht hätte. Jedermann verwunderte ſich, daß Galba von einem ſolchen Unmenſchen nichts befürchte: aber Galba ſagte, man hätte ſich vor Niemanden weniger zu fürchten, als vor denen, die nur an ein gutes Leben dächten, vor Schlemmern, Säufern und Tellerräumern. Fürwahr der Teufel macht es gerade ſo, er fürchtet ſich vor den Mäßigen, Nüchternen und Faſtenden: aber die Schlemmer, Freſſer, Tellerlecker, Stürzdenbecher und Verſchwender fürchtet er nicht; er hofft ſich den gewiſſeſten Sieg über ſie.

Tobias, unter ſeinem Volke ſehr hoch geachtet, verließ das ſchon bereitete Gaſtmahl, um ungeſtört ſeine Liebespflicht gegen die Todten ausüben und der Erde ihr Eigenthum wieder zurückgeben zu können. Dieſe beiden Tugenden ſtehen miteinander in ſchöner Verbindung: dem bellenden Magen die Speiſe verſagen und

Digitized by Google

einem Todten, der doch keine Bitte ſtellen kann, auch mit Lebensgefahr zur Erde beſtatten.

Esdras, der Prieſter, ſagt von ſich ſelbſt alſo (1 Esdr. 8. 21 u. 23): „Am Fluße Ahava rief ich dann ein Faſten aus, daß wir uns vor dem Herrn unſern Gott abtödteten, und ihn baten, Er möge uns auf dem rechten Wege leiten. Wir faſteten und baten um dieß unſern Gott, und er hörte uns.“ Dieß bekräftigt er mit dieſen Worten (2 Esdr. 1. 4): „Ich ſetzte mich nieder und weinte und trauerte viele Tage, ich faſtete und betete vor dem Angeſichte des Gottes des Himmels.“ Daß dem Esdras ſeine Bitte gewährt worden, ſoll uns nicht wundern, denn er bediente ſich eines gewaffneten Gebetes.

David, der heiligſte unter den Königen, hat an Beharrlichkeit im Faſten alle andern übertroffen. Daher heißt es in den Pſalmen: „Ich demüthigte meine Seele mit Faſten“ (Pſ. 34, 13). „Ich habe meine Seele im Faſten verhüllt, meine Kniee ſind mir matt geworden vom Faſten“ (Pſ. 68, 11). Um für ſein todtkrankes Söhnlein das Leben von Gott zu erbitten, hat er ernſtlich gefaſtet (Pſ. 108, 12). Fürwahr, das nenne ich ein ernſtliches Faſten, wenn die Kräfte abzunehmen, das Fleiſch zu ſchwinden anfängt, wenn die Kniee knarren, und die Seele mit Hunger, wie mit einem Kleide ganz umgeben wird, ſo faſtet man auf die rechte Weiſe (II. Reg. 12. 18). Denn es giebt Einige, die, wie ſie mit hörenden Ohren nicht hören, ſo auch faſtend nicht faſten. Sie eſſen ſich Mittags

Digitized by Google

und zu Nacht ſo voll an, daß ein jeder wackere Zechbruder ihr Faſten dem Mittagsmahl eines andern nicht Faſtenden vorziehen würde. Derlei Geſellen ſtehen, damit ihnen das Faſten nicht beſchwerlich falle, nicht viel vor eilf Uhr auf, und kommen ſo gleich vom Bette zu einem wohlbeſetzten Tiſche. Da mangelt es nicht an Fiſchen, an Eiern, Kräutern, an dem beßten Brei, man hat nicht allein hinreichende, ſondern ſogar überflüßige Speiſen. Welcher Ochs ſollte bei ſo voller Krippe Hunger leiden? Aber du ſagſt, ich halte gleichwohl die Gebote der Kirche: ich habe eine Bulle von dem Kreuze, ich enthalte mich des Fleiſches, ich eſſe des Tages nur einmal warme Speiſe und begnüge mich mit einem einzigen Mahl. Aber dieß dein einziges Mahl, o frommer Chriſt, dürfte wohl zwei oder drei andern gleichgehalten werden. Das nenne ich kein Faſten, ſondern ein feſtliches Mahl. Und ob du auch dem Gebote ein Genüge thuſt, ſo erreichſt du doch den Zweck desſelben nicht, welches darin beſteht, daß man den Hunger fühle, das Fleiſch bezähme, die Heftigkeit der Begierden beherrſche, einige Beſchwerde vom Faſten erdulde und ſo den erzürnten Gott beſänftige; du aber erzürneſt ihn vielmehr durch die Sünden deines Bauches und deine Unmäßigkeit. Lieber, vergiß doch nicht, daß du ein Chriſt biſt, den Chriſtus gelehrt hat, nicht ſeine Seele zu lieben, ſondern zu haſſen.

Der König Achab, ob er ſchon gottlos war, nahm ſeine Zuflucht zum Faſten wie zu einer heiligen Freiſtätte. Der überaus gottſelige König Joſaphat faſtete

Digitized by Google

mit ſeinem ganzen Volke; ſo machte es auch König Jechonias und alles Volk. Der Prophet Ezechiel übte auf Gottes Befehl ein ſehr ſtrenges Faſten. Denn Gott hatte ihm dieſen Befehl gegeben: "Die Speiſe die du an jedem Tag genießeſt, ſoll zwanzig Sekel wiegen. So zehre ſie von Zeit zu Zeit auf. Trink auch das Waſſer nach einem gewiſſen Maaße, den ſechsten Theil von einem Hin. So viel trinke von einer Zeit zur andern. Wie Gerſtenbrod ſollſt du's eſſen in Gerſte gebacken, und das bedecke vor ihren Augen mit Menſchenkoth (Ezech. 4. 10). So hat Daniel mit den Seinigen, und andere mehr unter dem Geſetze auf das allerſtrengſte gefaſtet.

§. 2.

Im neuen Bunde hat Chriſtus der Herr gefaſtet und zwar vierzig Tage hindurch. Wie oft hat er aber außer dieſem langen Faſten mit ſeinen Jüngern Hunger und Durſt gelitten? Auch die übrigen Jünger des Heilands, als Paulus, Barnabas, Lucius, Manahen, und die andern Nachfolger des h. Paulus haben durch vieles Wachen, Hunger und Durſt, und vieles Faſten ſich bei Gott beliebt gemacht.

Der Apoſtel Paulus hat, wie Gregor von Nanzianz ſchreibt, beinahe immer gefaſtet, er aß nur Hopfen, wenn er am wohlfeilſten war. Der Evangeliſt Matbäus lebte, wie Clemens von Alexandrien berichtet, nur von Gemüſe und enthielt ſich des Fleiſches. Jakobus, Alphäi Sohn, ein Bruder des Herrn, ein

Digitized by Google

Mann von engliſcher Reinigkeit, hat nie Fleiſch, Wein oder ſtarkes Getränk zu ſich genommen, nnd nicht nur die Kniee, ſondern auch die Stirne durch beſtändiges Knieen und Bodenſchlagen ſo verhärtet, daß ſeine Haut der eines Kameeles glich. Durch dieſe ſtrenge Unterwürfigkeit des Geiſtes erhielt, erlangte er, wie Chryſoſtomus bezeugt, die Gnade des immerwährenden Gebetes. Als einen Greis von ſechsundneunzig Jahren ſtürzte man ihn von der Zinne des Tempels herunter, womit er ſrin ſtrenges enthaltſames Leben beſchloß.

Johannes der Täufer, Chriſti Vorläufer, hatte nicht nur ſeine beſtimmten Zeiten, wo er durchaus faſtete, ſondern gebrauchte auch überhaupt ſo wenig Speiſe und Trank, daß Chriſtus von ihm ſagte: „Johannes kam und aß und trank nicht“ (Mth. XI. 18). So that auch Anna, die Tochter des Phanuel, eine Wittwe, die vierundachtzig Jahre alt war. Sie diente Gott mit Faſten und Beten Tag und Nacht und wich nicht mehr aus dem Tempel (Luc. II. 37). Auch unter den erſten Chriſten haben ſich viele nicht nur durch große Geduld, ſondern auch durch Faſten Gott angenehm gemacht.

Hegeſippus behauptet, die erſten Chriſten wären von Markus, dem Biſchof zu Alexandrien unterrichtet worden, vom Fleiſche und Weine ſich zu enthalten.

So haben auch nach Chriſti Geburt ſo viele der heiligſten Blutzeugen Chriſti, ſo viele Bekenner, Prälaken und Biſchöfe, ſo viele Prieſter nnd Jungfranen, ſo viele andere durch hohe Heligkeit ausgezeichnete See-

Digitized by Google

len ihr Gebet durch Enthaltſamkeit und Faſten unterſtützt, und wider alle Laſter einen ſehr glücklichen Kampf gekämpft. „Gebet ohne Faſten gleicht einem Soldaten ohne Waffe.“ Durchblättere die Lebensgeſchichten aller Heiligen, ſo wirſt du nicht einen einzigen finden, der ſich nicht mit beſonderm Fleiße bemüht hätte, durch Faſten ſein Fleiſch zu bezwingen. Ueberaus geiſtvolle und heilige Männer glaubten das Uebel aufgefunden zu haben, woran die ganze Welt leidet, indem ſie es in dem Mangel an Gebet, Liebe zu den Nothleidenden und Bußfertigkeit ſuchten. Wenn die Menſchen das Gebet unterlaſſen, trennen ſie ſich von Gott; darum beſließen ſie ſich, mit Gott recht innig und vertraut zu werden durch das Gebet. An dem Mangel des Mitleidens mit den Dürftigen iſt Schuld die Habſucht und der Geiz; darum empfiehlen ſie ſo ſehr die Liebeswerke und Almoſen. Unglaublich ſchmerzte es ſie auch, daß wegen Abnahme des Bußſinnes das Menſchengeſchlecht immer muthwilliger und zügelloſer werde, daher die ganze Welt ſo voll von allen nur erdenklichen Laſtern ſey. Darum hielten ſie für rathſam, man ſollte das Fleiſch durch Faſten plagen. Faſten iſt die vortrefflichſte und nützlichſte Kaſteiung des Leibes.

Ich will hier aus der großen Anzahl weiſer und frommer Seelen nur wenige anführen, inſonderheit ſolche, die ein ſtrengeres Faſten beobachteten. Wunderbar, ja unglaublich möchte es ſcheinen, daß die kleinen Kinder in der Wiege, ja noch im Mutterleibe

Digitized by Google

ſchon anfingen zu faſten. Was eine Neſſel wird, brennt bald, und wer heilig wird, zeigt dieß bei Zeiten.

§. 3.

Nikolaus, Biſchof von Myra nahm, da er noch als kleines Kind in der Wiege lag, am Mittwoch und Freitage nur einmal des Tages Milch. Wie die Kinder der Fürſten und Großen faſt in der Wiege ſchon die Hofmanieren und Hofſitte annehmeu, ſo will Gott, daß die Seinigen von zarter Kindheit an das Faſtengebot halten.

Stephanus, Prieſter zu Konſtantinopel, fing ſchon zu faſten an, ehe er noch den Leib ſeiner Mutter verließ. Denn ſie enthielt ſich während dieſer Zeit des Weines, Fleiſches und der Milchſpeiſen, und wenn ſie davon etwas zu ſich nahm, mußte ſie es wieder erbrechen. Als er zur Welt gekommen, wollte er an der Mutterbruſt nicht trinken, wenn die Mutter nicht nüchtern war. Als Erwachſener nahm er den Tag hindnrch einmal Speiſe zu ſich, und zwar nur Abends, und da nichts als geſottenes Kraut und ein wenig Salz. Nachdem er Prieſter geworden war, verſagte er ſich auch das Salz, und aß die ganze Woche hindurch nur zweimal. In der Einöde nährte er ſich von rohen Kräutern; da man ihm befahl, er ſollte, um den geſchwächten Magen etwas zu ſtärken, Wein gebrauchen, that er einige Tropfen davon in einen großen Krug, der mit Waſſer gefüllt war, um die Pflicht des Gehorſams zu erfüllen. Aus Gehorſam nahm er

Digitized by Google

endlich auch einige Feigen zum Mittagsmahle, aber nur an Feſttagen, und bei dieſer Lebensweiſe hat er das dreiundſiebenzigſte Jahr erreicht. Gewiß, wir lernen die Kraft der Enthaltſamkeit kennen, wenn wir's nur verſuchen wollen. Ein mäßiger, enthaltſamer Menſch iſt bei Gott beſonders wohlgefällig.

Nach dem Beiſpiele des Biſchofs Nikolaus von Myra trank auch Liſinnius, Biſchof zu Thaunen, als kleines Kind alle Mittwoch und Freitage nur einmal von der Milch ſeiner Mutter. Stephanus, Biſchof zu Deyen, enthielt ſich an jedem Freitage ſowohl von Milch, als auch von jeder andern Speiſe. Majorus, Prälat zu Sargien, verſagte ſich alle Mittwoch und Freitage jede Speiſe und genoß an den übrigen Tagen nur Gerſtenbrod. Bei einer ſolchen Lebensweiſe war es ihm ein leichtes, ſeine Jungfräulichkeit unverſehrt zu erhalten. Edmund, Erzbiſchof zu Canterbury, nahm keine Nahrung, als nur alle ſechs Tage ein wenig Brod und einen Trunk Waſſer. Ivo, der liebevolle Vater der Armen, hat, um das Faſtengebot auf's Getreueſte zu halten, jederzeit an den Vigilien Abends nur Brod und Waſſer zu ſich genommen, und das Mittagsmahl ganz unterlaſſen.

Weißt du, mein lieber Leſer, wer dieſe, die ich ſo eben angeführt und viele andere, zu einem ſo ſtrengen Faſten beſtimmt habe. Ein feſter Wille und die Gewohnheit. Wer ohne lange zu zögern gleich ſeine Beiſtimmung gibt, hat das Werk des Faſtens beinahe ſchon vollendet, ſo daß ein einziges mit Entſchloſſen-

heit ausgeſprochenes: „ich will,“ ſchon eine Gewohnheit herbeiführt. Auch jene Heiligen haben, weil ſie ernſtlich wollten, das Faſten, das ihnen anfangs doch ſchwer fiel, in einem oder dem andern Vierteljahre ſich zur Gewohnheit gemacht. Wer einmal ernſtlich will, drr wird auch ohne Mühe kräftig können. Dieſes kann man beim Streben nach was immer für einer Tugend beobachten. Sprich mit Ernſt: „ich will geduldig ſeyn, und du wirſt es ſeyn; ich will freigebig ſeyn, und du wirſt es ſeyn; ich will demüthig ſeyn, und du wirſt die Demuth erlangen.“ Sprich: „ich will faſten, und du wirſt dich in kurzer Zeit an dasſelbe gewöhnen.“

Darum laſſet uns darüber nicht wundern, daß es ſehr viele im Faſten zu einem ſo hohen Grade brachten, daß ſie drei, vier, ja noch mehr Tage ſich jeglicher Speiſe ganz enthielten. Von denen, die nur zweimal in der Woche ihrem Leibe Speiſe gönnten, will ich hier nnr einige anführen.

Bonifazius, Erzbiſchof zu Miſien und Martyrer, pflegte nur an Sonntagen und Donnerſtagen Nahrung zu ſich zu nehmen. Samſon, Erzbiſchof zu Dol, ging gleich zwei oder drei Tage nicht zu Tiſche.

Germanus, Biſchof zu Autun, der i. J. 435 ſtarb, und dreißig Jahre lang die biſchöfliche Würde bekleidete, war auf das eifrigſte bemüht, ſeinen Leib zu kaſteien, und faſtete, daß es unglaublich ſcheint. Denn von dem erſten Tage des Antrittes ſeines biſchöflichen Amtes angefangen, ließ er dreißig Jahre

8**

Digitized by Google

hindurch bis zu ſeinem Lebensende nichts von Wein, Eſſig, Oel, Gartengewächs auf den Tiſch kommen, ja nicht einmal Salz duldete er. Bei ſeinem Nachtmahle war das erſte Aſche, die er nur mit dem Lefzen berührte. Hierin ahmte er vermuthlich den hebräiſchen König nach, der von ſich ſelbſt ſpricht: (Pſ. 101. 10.) „Ich eſſe Aſche wie Brod.“ Das ganze Mahl beſtand in Gerſtenbrod, das er aber nie vor dem ſpäten Abende berührte. Manchmal aß er eine halbe Woche hindurch keinen Biſſen Brod. Er trug im Sommer und Winter nur ein Kleid, bediente ſich ſtatt des Bettes und Kopfkiſſens nur der Hobelſpäne zu ſeiner Lagerſtätte, und übte ſich in andern ähnlichen ſtrengen Bußwerken.

Otto, Biſchof zu Bamberg, ſtand die ſieben und dreißig Jahre, ſo lange er ſein Biſthum verwaltete, wie wir oben gezeigt, niemals ſatt vom Tiſche auf; denn das Meiſte ſchickte er den Armen und Kranken, ja nicht einmal mit Brod ſtillte er ſeinen Hunger. Hiedurch hat er uns ein ſeltſames Beiſpiel der Enthaltſamkeit hinterlaſſen. Eines Tages — es war ein Faſttag — da wenig Fiſche zu bekommen waren, kaufte der Hausmeiſter des Biſchofs einen großen Hecht um beiläufig zwei Groſchen. Da man nun den Fiſch zu Tiſch brachte, fragte Otto, was koſtete dieſer Fiſch? Er antwortete, zwei Groſchen. Hierauf erwiederte der ſo mäßige Biſchof: „Das ſey ferne, daß der elende Otto ſo viel Geld allein brauche.“ Bei dieſen Worten hob er den Teller empor und ſprach: „Trage die-

ſen Fiſch zu einem Kranken, ich, der ich geſund bin, will mich mit dieſem Brode begnügen.“

Poſthumus Mempheus gab hierin dem Otto nichts nach, und genoß ebenfalls nur Brod und Waſſer ſehr mäßig, nie ſtand er ſatt vom Tiſche auf, nie trank er ſich ſatt. Der Grund, den er hiefür angab, war: Es ſey nicht recht, daß man thue, was das Fleiſch verlangt und gelüſtet. Philibert ahmte den Poſthumus nach; denn er war, wie der heilige Antonin bezeugt, ein ſehr frommer und heiligmäßiger Mann, und ging nie ſatt vom Tiſche hinweg.

Der Abt Elpidius beſchäftigte ſich in der Einöde mit göttlichen Dingen, und nahm nur an den Sonntagen und Mittwochen Speiſe zu ſich. Darum dürfen wir uns nicht wundern, wenn Hieronymus ſelbſt von ſich ſchreibt: „Ich brachte das Fleiſch, welches dem Geiſte widerſtrebte, durch Faſten unter das Joch. Kein Wunder, er vermochte es leicht, weil er es kräftig wollte, und ſich allgemach daran gewöhnte.

§. 4.

Nicht wenige andere nahmen den ganzen Tag hindurch keine Speiſe zu ſich, nur Abends ſuchten ſie mit Wenigem ihren Hunger zu ſtillen. Hilarion nahm als ein 70jähriger Greis vor Sonnenuntergang auch an Feſttagen nie etwas in den Mund; ſeine Speiſe waren rohe Linſen, nnr im Waſſer gequellt, oder einige Kräuter mit Gerſtenbrod. Von ſeinem drei und ſechzigſten Jahre bis auf das achtzigſte enthielt er ſich

auch des Brodes, und gebrauchte nur eine Brühe von zerſchnittenen Kräutern.

Antonius der Große genoß niemals etwas vor ſeinem köſtlichen Nachtmahle, das aus Brod, Salz und Waſſer beſtand. Manchmal nahm er auch, wie Athanaſius bezeugt, zwei oder drei Tage gar nichts zu ſich. Paulus, dem erſten Einſiedler hat der Palmbaum ſowohl Nahrung als Kleidung gegeben, bis er sechzig Jahre alt wurde; von da an bis zu ſeinem hundert und dreizehnten Jahre brächte ihm täglich ein Rabe ein halbes Brod, wenn aber Antonius ihn beſuchte, ein ganzes. Alles dieſes iſt ausführlich beſchrieben in den Büchern, die hievon handeln. Den Epheſius in der ſcythiſchen Wüſte hat 40 Jahre hindurch die Sonne nie eſſen geſehen.

Der ſelige Sabas hat in jeder Woche fünf Tage ohne Speiſe und Trank zugebracht, und dieſes wenigſtens fünf Jahre lang. Der hl. Amatus hat jederzeit in der Frühlingfaſten zu ſeinem trocknen Abendeſſen fünf Dattelkerne und etwas Waſſer genoſſen, nur damit der Magen etwas habe; ihm war es nichts ungewöhnliches, drei ganze Tage hindurch nichts zn eſſen.

Der heil. Biſchof Maurilius hat in erwähnter Frühlingsfaſten nur jeden dritten Tag zu Abend trockEnes Brod und ſchlechtes, abgeſtandenes Waſſer zu ſich genommen; er blieb bei dieſer unglaublichen Nüchternheit geſund, und erreichte das neunzigſte Jahr. Johannes Bonus von Mantua theilte, wie der hl. Antonius bezeugt, beim Beginne der vierzigtägigen Fa-

ſten ein großes Stück Brod in 40 Theile, und beſtimmte ſich ſo ſeine Portion auf jeden Tag. Er langte damit hinreichend aus, und dadurch fügte er ſeiner Natur nicht den geringſten Schaden oder Nachtheil zu. Das an das Wunderbare gränzende Faſten eines Macarius, Simeon, einer Anaſtaſia und ſehr vieler anderer will ich lieber mit Stillſchweigen übergehen. Doch ſey es mir erlaubt hier, ohne mich an eine beſtimmte Ordnung zu halten, einige wenige anzuführen, die nur ſehr ſpärliche oder doch ſehr ärmliche Koſt zu ſich nahmen.

Der heil. Apoſtel Jakobus, Sohn des Alphäus, hat weder Wein, noch ſonſt ſtarkes Getränk getrunken und auch kein Fleiſch gegeſſen. — Der hl. Apoſtel Matthäus enthielt ſich des Fleiſches, aß nur Saamen, Beeren und Kräuter. Von den übrigen Apoſteln ſage ich nichts, Chriſtus hat es ihnen vorhergeſagt: „Die Tage werden kommen, daß der Bräutigam ihnen genommen wird, und alsdann werden ſie faſten.“ (Math. 9. 15.)

Der heil. Wolſtan enthielt ſich in jeder Woche drei Tage hindurch jeder Speiſe; an den drei übrigen Tagen aß er eine Art Schnittlauch oder geſottene Krautſtengel mit Gerſtenbrod. Der hl. Lupitz erquickte ſich gemeiniglich nur jeden dritten Tag mit Speiſe.

Der hl. Theodorus Siceotes aß vom Chriſttage bis zum Palmſonntage weder Brod noch Gartengewächs, ſondern nur Obſt und Kraut, und zwar nur am Samſtage und Sonntage.

Digitized by Google

Der hl. Zoerardus ſtärkte ſich, nachdem er drei Tage von jeder Art Speiſen ſich enthalten, jeden dritten Tag durch ganz wenige Nahrung; in der 40tägigen Faſten war er ſtatt jeder anderen Speiſe mit 40 Nüſſen zufrieden.

Der heil. Equitius von Reklus, ein Mann von großer Enthaltſamkeit, trug an ſeinem bloſſen Leibe eiſerne Ketten, zog darüber ein härenes Kleid an, und aß nichts als trockenes Brod und wenige Datteln. In der Frühlingsfaſten aß er nichts als Wurzeln.

Der heil. Liphard nahm den Tag hindurch nicht mehr zu ſich, als zwei Loth Gerſtenbrod, und jeden dritten Tag etwas wenig Waſſer.

Der hl. Simeon Stylites pflegte ganze Wochen hindurch zu faſten, und brachte es auch, wie Theodoret und Evagrius bezeugen, zu einem ſo hohen Grade, daß er 28 Jahre hindurch die ganze 40tägige Faſten nichts zu ſich nahm.

Der hl. Bavo, Fürſt zu Hasbon, ließ ſich ſtatt jeder anderen Speiſe Brod ohne Sauerteig backen, das zur Hälfte mit Aſche vermengt war, und trank auch das Waſſer nur nach einem beſtimmten Maaße. Sein Kleid beſtand in einem härenen Sacke, ſein Bett war die bloſſe Erde, ſein Kopfkiſſen ein Stein, ſein Schlaf ſehr kurz, ſo daß er mehr zu betrachten, als zu ſchlafen ſchien.

Der heil. Radbod, Biſchof zu Utrecht, enthielt ſich alles Fleiſches, und quälte ſeinen Leib mit zwei- und dreitägigem Faſten.

Digitized by Google

Die heil. Aebte Mucius und Severus erquickten ſich nur Sonntags mit Speiſe.

Der hl. Wadergiſill, Abt Fontanell, nahm nur alle Montage und Donnerſtage Speiſe zu ſich.

Der hl. Lupus, Biſchof zu Troye, pflegte ſeinen Leib durch zweitägiges Faſten abzutödten und zu bezwingen.

Der hl. Nikolaus von Tolentino enthielt ſich ſchon als ein Knabe von ſieben Jahren in jeder Woche drei Tage hindurch aller Speiſe. Mehr als dreißig Jahre nahm er weder Fleiſch, noch Eier, noch Fiſche und weder als geſund noch als krank irgend ein Obſt. Am Montag, Mittwoch, Freitag und Samſtag genoß er nur Brod und Waſſer.

Auch im weit ſchwächern weiblichen Geſchlechte haben wir großartige Beiſpiele ſolcher Enthaltſamkeit.

Die hl. Cäcilia übte zwei- und dreitägiges Faſten.

Die hl. Genoveva nahm vom zehnten Jahre ihres Alters bis zum fünfzigſten nur zweimal in der Woche, Donnerſtag und Sonntag ein wenig Speiſe zu ſich, und dieſe beſtand in Gerſtenbrod und Bohnenbrei.

Die hl. Margaretha, eine Jungfrau aus Ravenna, aß, nachdem ſie ſieben Jahre alt geworden war, auſſer der Sonn- und hohen Feſttage den Tag hindurch nur einmal. Meiſtens nahm ſie nur Brod und Waſſer zu ſich, und erreichte ſo das dreiundſechzigſte Jahr.

Die hl. Euphraſia kaſteite ihr Fleiſch mit drei- oder viertägigem Faſten, ja aß oft wochenlang nichts. Dasſelbe that auch die hl. Theodora.

Digitized by Google

Die heil. Agnes vom Berge Politian faſtete 15 Jahre hindurch ſo, daß ſie täglich nur etwas weniges Brod und Waſſer ſich gönnte.

Die hl. Klara von Aſſiſi hielt, ſo lange ſie geſund war, alle Jahre die vierzigtägige Faſten zweimal mit Brod und Waſſer, und koſtete nur am Sonntage, wenn die Armuth es geſtattete, ein wenig Wein. Und bei dieſer doppelten Quadrageſimal-Faſten nahm ſie jeden zweiten, vierten und ſechſten Tag gar keine Speiſe. Endlich nahm ſie aus Gehorſam gegen die Obern drei Loth Brod zu ihrer Nahrung.

§. 5.

Der Kaiſer Theodoſius der jüngere war am Hofe geboren und erzogen, und obgleich er alle Mittwoch und Freitage faſtete, dennoch ſo kräftig und bereit, Hitze und Kälte, Hunger und Durſt und alle Strapatzen zu erdulden. In der 40tägigen Faſten enthielt er ſich, da er doch ſehr krank war, von Brod und Wein, was gewiß Bewunderung verdient. Sein Trank war Waſſer, ſeine Speiſe Gemüſe. Otto der Große ließ, da er wider die Ungarn zu Felde zog, im ganzen Lager ein Faſten ausrufen.

Lothar, der Frankenkönig, lag an einer ſehr ſchweren Krankheit darnieder, ſo daß ihn ſeine Gemahlin ſchon als todt beweinte. Die ganze Schaar der Höflinge begab ſich deßhalb zum hl. Sulpitius, einen ſehr heiligen Mann, ihn bittend, er möge für die Erhaltung des Königs zu Gott beten. Er gab ihren Bit-

Digitized by Google

ten nach, und flehte zu Gott mit Thränen und Faſten. Schon hatte er fünf Tage gefaſtet, aber der König merkte noch keine Beſſerung, und man erwartete nichts anders als den Tod. Darum ließen ihm die Höflinge melden, er ſolle aufhören zu faſten, um das Leben des Königs ſey es geſchehen, der Tod ſey dem Könige ſchon ſehr nahe. Aber Sulpitius entgegnete ihnen: „Laſſet uns das begonnene Werk vollenden, und noch zwei Tage den vorigen beifügen.“ Ich hoffe alles Gute. Gott iſt gütig und leicht zu erbitten, der ſiebente Tag wird, wie wir hoffen, die Geſundheit dem Könige wieder bringen. Der fromme Prieſter hatte die Wahrheit geſprochen. Nachdem die ſieben Tage unter Gebet und Faſten zu Ende gegangen waren, war auch der König unter den allgemeinen Freudenbezeigungen und Glückswünſchen wieder geſund geworden. So viel vermag Gebet mit Faſten.

Den Laurentius Juſtinianus, Patriarchen von Venedig hatte, da er im ſiebenzigſten Jahre ſeines Alters ſehr krank darnieder lag, kein Arzt dazu bewegen können, daß er an einem verbotenen Tage Fleiſch aß, um der Geſundheit willen. Lieber wollte er Hunger leiden, lieber krank ſeyn, als das Kirchengebot auch nur im Geringſten zu übertreten.

Lutgardis war eine ausgezeichnete fromme Jungfrau in Belgien, ihre Lebensgeſchichte hat Thomas Cantipratanus, biſchöflicher Coadjutor beſchrieben, — ſie ſtarb i. J. **1246** im vierundſechzigſten Jahre ihres Alters. — Dieſe beſchäftigte ſich einſt zur Nachtzeit

Digitized by Google

mit heiligen Betrachtungen, und da erſchien ihr die Mutter des Herrn, aber ganz traurig. Darum fragte Lutgardis, was denn ſie, die Mutter der Freude, betrübte? Die himmliſche Jungfrau erwiederte: „Die ruchloſen Chriſten kreuzigen meinen Sohn auf's Neue.“ Damals trieben die Albingenſer ihr Unweſen. Weil nun Lutgardis von Gott geoffenbaret ward, auf welche Weiſe ſie vorzüglich den Zorn Gottes beſänftigen könne, ſo ſetzte ſie ſich ſieben Jahre feſt, wo ſie ſo ſtrenge faſtete, daß ſie nichts als Brod und Bier zu ſich nahm. Nachdem dieſe vorüber waren, nährte ſie ſich ſieben andere Jahre nur von Brod und Gemüſe. Dieſer glich:

Maria von Orgnia im Gebiete von Lüttich geboren, nährte ſich drei Jahre lang vom 14. September angefangen bis zur öſterlichen Zeit nur vom ſchwarzen Brode und Waſſer, und unterhielt dadurch den Hunger mehr, als daß ſie ihn ſtillte; wohl hundertmal des Tages fiel ſie demüthig auf ihre Kniee nieder und züchtigte mit dreihundert Streichen ihren Leib. Columba, eine Jungfrau von Peruſa, genoß nur Früchte, um einigermaſſen den Hunger zu ſtillen. Wohin würde ich kommen, wenn ich alle, die ſich durch Faſten auszeichneten, der Ordnung nach hier anführen wollte? ich will immer nur auswählen. Von jenen, die Wochen, Monate, ja Jahre lang nichts tranken, thue ich Kürze halber gar keine Erwähnung.

Doch dieſes will ich noch anführen: In der Stadt Pergamus waren, wie Galenus bezeugt, Kranke, die

auf Befehl des Orakels 15 Tage nichts tranken, und ſo die Geſundheit wieder erlangten. Zu Halle im königlichen Frauengemach war die adeliche Jungfrau, Magdalena Felſinger, die 8 Jahre hindurch nichts trank, wie der berühmte Arzt Hippolytus Guarinonius bezeugt. Ein Beiſpiel des Faſtens das unſerer Zeit näher liegt iſt auch

Philippus Nerius, ein Mann von hoher Heiligkeit. Er war noch nicht 19 Jahre alt, als er ſich's ſchon zum Geſetze machte, des Tages nur einmal, und da nur Brod zu eſſen: ſpäter brachte er wohl drei Tage hindurch keinen Biſſen in den Mund. Als er Prieſter geworden, nahm er Morgens eine Suppe und aß dann nichts mehr bis zum Abend. Das ganze Nachtmahl beſtand dann etwa in ein paar Eier, Bohnen, Kickerling (eine Art Erbſe), Linſen oder etwas Kraut. Mehr als einmal zu eſſen hielt er für eine Gewiſſensſache. Von Fleiſch oder Fiſchen aß er ſelten, von Milchſpeiſen nie: ſein Getränk war wenig gewäſſerter Wein. Selig, und auch wahrhaft geſund ſeyd ihr, wenn ihr ſo hungert. Karl Boromäus, Kardinal und Biſchof in Mayland, von Kindheit an zu allen Tugenden ſehr geneigt, brachte es auch im Faſten ſo weit, daß er endlich nur mit Waſſer und Brod ſich begnügte und dieſes ſetzte er ſo fort bis zu ſeinem Lebensende. Nur an den Sonn- und Feſttagen fügte er zum Ueberfluße dem Brod noch etwas Gemüſe oder Obſt oder Kraut bei. Der Papſt Gregor XIII. erinnerte als ein ſehr wohlmeinender Vater den Karl, daß

ihm dieſe Art zu faſten zu ſtrenge ſcheine, er möge ſie in etwas mildern und mehr zu Mittag eſſen, um dadurch ſein Leben länger dem Dienſte Gottes zu erhalten. Aber Karl ſagte, er wäre ſehr gerne bereit zu gehorchen, wenn ihn nicht die Erfahrung belehrt hätte, daß dieſes Faſten, wegen der Flüße, ſeiner Geſundheit ſehr zuträglich ſey, weil dieſe, an denen er ſehr leide, dadurch ſchneller vertrockneten. So gab der Papſt nach. Boromäus fuhr fort wie er angefangen und zwar mit ſolcher Strenge, daß er auch bei der größten Hitze nicht nur keinen Wein, ſondern auch keinen Tropfen Waſſer außer der Zeit trank. Selig, dreimal ſelig ſind jene, die jetzt Hunger leiden, weil ſie von ewigen Wonnen werden geſättiget werden. —

Zum Schluße ſoll jener Ausſpruch des Cyprian, der vom Faſten und von der Verſuchung Chriſti handelt, noch hier ſtehen: „So viel ausgezeichnete Muſter der Tugenden wir auch erblicken, ſo finden wir doch keinen einzigen, der nicht durch Faſten ſich vervollkommnet; und wo ſie immer etwas Großes unternahmen, bereiteten ſie ſich jederzeit durch Faſten dazu vor. Zeiget mir, ich bitte euch, einen Heiligen, der nicht ein beſonderer Freund des Faſtens geweſen; zeiget mir einen tugendſamen Mann, der ein Feind des Faſtens war; zeiget mir Seelen die in hohen und göttlichen Dingen Großes leiſteten, ob ſie nicht mit Faſten und Abtödtung den Anfang machten.“ Daher ermahnt Paulus (II. Cor. 6. 4 u. 5): „In allen Dingen erweiſen wir uns als Diener Gottes durch große Geduld in

Trübſalen, in Nöthen und Aengſten, in Schlägen, in Gefängniſſen, in Aufruhr, in Mühen, in Nachtwachen, in Faſten, durch Keuſchheit. Laßt uns ein wenig faſten, wenn die Herrlichkeit des Herrn erſcheinen wird, werden wir in Ewigkeit geſättiget ſeyn. —

XII. Kapitel.

Faſten iſt eine reinigende Arznei wider alle böſen Lüſte.

Unter den Arzneien findet ein großer Unterſchied ſtatt, denn gleichwie ihre Wirkungen ganz verſchieden ſind, ſo führen ſie auch verſchiedene Namen. Die Zahl derſelben iſt unglaublich groß. Denn es giebt Arzneien gegen Gift, ſchmerzſtillende, öffnende, anziehende, erweichende, auflöſende, durchdringende, ausführende. Es giebt Fluß- und Schlagarzneien, ſolche die man anheftet, die den Nachwuchs des Fleiſches befördern, Arzneien die trocknen, wie bei Waſſerſüchtigen, die Schlaf bringen, die reinigen, u. ſ. w.

Die Mäßigkeit kann mit Recht auf alle dieſe Titel Anſpruch machen. Das Faſten vertreibt in Wahrheit das Gift, mindert die Schmerzen, löſet auf und trocknet ꝛc. Beſonders aber iſt es ein Reinigungsmittel, denn es wäſcht hinweg alle Mackel der unlautern Luſt. Und in der That, wenn man ſonſt keine Urſache öfters zu faſten hätte, ſo wäre doch dieſe hinreichend genug. Unter allen Kaſteiungen des Leibes gibt es keine, welche

Digitized by Google

die Fleiſchesgelüſte ſo ſanft und allmälig und doch ſo kräftig bändige und zur Ruhe bringe, als das Faſten und die Enthaltſamkeit. Vom Faſten lernt das Fleiſch ſich vor Stolz und Uebermuth bewahren. Das Faſten iſt mehr werth als die Geißlung, Disciplin, Bodenliegen, härene Säcke und andere Abtödtungen, es iſt ein gar vortreffliches Kräutlein gegen alle Krankheiten und ein erprobtes Reinigungsmittel. Dieß wollen wir jetzt erweiſen.

§. 1.

Lucius Sulla belagerte einſt den Piräus der im Gebiete vou Attika liegt; Archelaus aber vertheidigte einen hölzernen Thurm, der als ein Vorwerk aufgeführt worden war. Sulla ſtellte ſeine Leute in Schlachtordnung und verſuchte es auf alle mögliche Weiſe dieſen Thurm, der ihm im Wege ſtand, anzuzünden. Er kam ſelbſt dahin, legte Holz darunter, und legte, indem er die Griechen zurücktrieb, Feuer an; gleichwohl konnte er nach langem Verſuch den Thurm nicht in Brand ſtecken. Denn Archelaus hatte den ganzen Thurm mit Alaun überziehen laſſen, ſo daß er, obgleich von allen Seiten angezündet, dennoch nicht brannte. Die Soldaten des Sulla konnten ſich darüber nicht genug verwundern, alle ihre Bemühungen blieben fruchtlos, ſie mußten wieder abziehen. Unſer Fleiſch iſt wie ein Tannenholz, es iſt ſehr leicht entzündbar, fängt leicht Feuer und wird durch bösartige Brünſte leicht verdorben. Wenn aber dieſer Stamm mit dem Alaun

Digitized by Google

des Faſtens und der Enthaltſamkeit überzogen wird, ſo verliert das Feuer der Begierlichkeit ſeine Kraft und entzündet nicht mehr.

Es iſt eine alte und heilige Lehre des Hieronymus: „Die brennenden Pfeile des Teufels muß man mit dem Froſt des Faſtens auslöſchen. Die Gaumenluſt macht allen Laſtern Bahn; bezähme dieſe und du wirſt alle andern fleiſchlichen Gelüſte leichter beherrſchen. Wenn der Bauch voll iſt wird er gerne wolluſtig. In einem wohlgemäſteten Leibe ſind ſelten erhabene, heilige, himmliſche Gedanken zu Hauſe.“

Warum iſt ein Pferd ſo unbändig, ſchlägt aus und wirft den Reiter ab? weil es zu viel Haber hat. Warum waren die Juden einſt ſo hartnäckig und widerſpenſtig? Sie hatten zu viel Vorrath an Lebensmitteln.

Baſilius ſagt hierüber trefflich: „Ein wohlgemäſteter Leib und eine darin begrabene Seele iſt geneigt zum Sündigen. Wenn die Eßluſt den Geiſt beherrſcht, ſteht allen Sünden Thür und Thor offen. Der Satan wohnt nicht gerne in einer trockenen Herberge.“ Daher jener ganz göttliche Ausſpruch Chriſti: „Wenn der unreine Geiſt von einem Menſchen ausgefahren iſt, ſo durchwandert er dürre Gegenden und ſucht Ruhe; weil er ſie aber nicht findet, ſo ſpricht er: Ich will in mein Haus zurückkehren, das ich verlaſſen habe“ (Luc. 11. 24). Der böſe Geiſt wohnt ſehr gerne an feuchten Orten, wo wacker gegeſſen und getrunken wird. Da ruht er

Digitized by Google

gerne. Eine trockene Seele iſt die beßte und dem Teufel am meiſten zuwider.

Der hebräiſche Pſalmiſt David ſtellt die Sache unter einem ſchönen Bilde vor (Pſ. 48. 13, 21): „So lange der Menſch in Ehren iſt, merkt er nicht darauf; er wird dem dummen Viehe gleich und den unvernünftigen Thieren ähnlich.“ David hatte zwar ernſtlich ermahnt (Pſ. 31. 9): „Werdet nicht wie Roß und Maulthier die keinen Verſtand haben.“ Sie ſind es doch geworden, Niemand hat gefolgt, ſie haben ſich geſtellt wie Roß und Maulthier. Was iſt hier anzufangen? Wie ſoll man dieſen Elenden wieder helfen? Der hebräiſche Apotheker ſchreibt bald das Rezept vor: „Zähme ihre Kinnbacken mit Maulkörben und Zäumen.“ Was ſagſt du dazu, du vortrefflicher König? Warum verſchafft man kein Heilmittel für die Augen, womit man ſehr viel ſündiget? Warum nicht für die Ohren, für die Hände und Füße, womit man ſo viel Böſes thut? Dieß bezeugt Iſaias da er ſpricht: „Eure Hände ſind voll Blut“ (Iſai. I. 15). Und der ſo weiſe König ſtraft mit dem Vorwurf: „Ihre Füſſe laufen dem Böſen nach“ (Prov. 1. 16). So bändige man denn dieſe Glieder weil ſie ſo viele Sünden begehen. Warum beſtrafen wir die Kinnbacken? Warum verſchonen wir die Raben und die Täubchen ſtrafen wir ſo ſtrenge? Die Augen und die Ohren ſind die Lockvögel der Sünden, Hände und Füße begehen dieſelben, darum müſſen ſie zur Strafe gezogen werden. Dieſes iſt recht, aber beſſer iſt noch jenes: die Kinnbacken, ja die Kinnbacken be-

zwinge; lege deiner Gaumenluſt einen Zaum an, bezwinge deinen Mund, thue dir Abbruch an Speiſe und leide Hunger.

Der weiſe König David gedachte hier wider viele Uebel ein einziges Mittel vorzuſchreiben. Daher befiehlt er einem Menſchen, bei welchem Ohren und Augen, Hände und Füße zumal geſündiget hatten, daß er faſte; alle Andern Glieder werden dann auch gehorchen. Faſte, faſte, überwinde dich ſelbſt durch Enthaltſamkeit, bezwinge deine Eßluſt und du haſt ſehr viel Unheil, die ſchwerſten Krankheiten vom Grunde aus geheilt.

§. 2.

Hier erinnere ich mich an den ſehr berühmten Arzt Georg Hübner, der den Rath ertheilt: „Wenn dir die Geſundheit lieb und theuer iſt, ſo iß nicht mit beiden Kinnbacken wie eine Katze und gehe jederzeit vom Tiſche hinweg ohne deine Luſt ganz befriediget, dich vollkommen geſättiget zu haben. Trinke ſo, daß einiger Durſt bleibe, iß ſo, daß der Hunger nicht ganz befriediget werde. Dieſe Lehre gilt für tauſend andere. Bezähme deine Genuß- und Gaumenluſt und du haſt die Herrſchaft über den ganzen Leib gewonnen, und wirſt leicht den Anreizungen zum Böſen widerſtehen, die Glieder und Sinne in gehöriger Ordnung halten können.

Gleichwie aber, wenn man dem Pferde einen Zaum anlegt, deßwegen die Thätigkeit desſelben nicht gehindert wird, denn es kann gehen, laufen, ziehen, tragen,

Digitized by Google

ſpringen und zwar beſſer noch als ohne Zaum, ſo legt auch ein mäßiges Faſten den Berufsgeſchäften nicht nur kein Hinderniß in den Weg, ſondern macht ſogar geſchickter zur Verrichtung derſelben. Ein nüchterner und dem Faſten ergebener Mann richtet an einem Tage mehr aus als ein Freſſer und Säufer in zweien oder dreien. Denn wenn auch ein noch ſo erfahrner Reiter Spornen und Peitſche hat, wenn das Pferd den ſchönſten Sattel trägt, ſo wird er es doch ohne Zaum nicht leiten können; ſo wird auch Niemand ſein Fleiſch genugſam beherrſchen, wenn er ihm nicht den Zaum des Faſtens anlegt. Faſten iſt ein Reinigungsmittel für das Fleiſch.

Härene Kleider und Bußgürtel oder die Disciplin iſt nicht Jedermanns Sache; aber ſich an Speiſe Abbruch thun, weniger eſſen, das iſt nicht nur Geſunden ſondern auch Kranken leicht möglich, und für beide ſehr zuträglich. Dieß begriffen die Heiligen wohl. Aber vielleicht reden wir, wenn wir die Heiligen nennen, von Leuten, denen man es nicht leicht nachthun könnte? Mit Nichten. Wir wollen zum Zeugniſſe hiefür auch ſolche anführen, die keine Heiligen waren.

Franziskus Petrarcha aus Toskana iſt ein durch ſeine vielen und gelehrten Schriften wohl bekannter Mann und nährte ſeinen Leib mit ganz ſchlechter und geringer Speiſe, denn bei ihm kam beinahe ſonſt nichts auf den Tiſch als verſchiedene Gattungen Obſt. Als er vierzig Jahre alt war, trank er, um es in der Reinheit der Seele recht weit zu bringen, keinen Wein

mehr, außer nur ſehr ſelten und da ſtark mit Waſſer gebrochen. In jeder Woche faſtete er viermal und an den Feiertagen nahm er nichts zu ſich als Brod und Waſſer. Petrarcha erkannte wohl, daß dieſe Art von Geiſtern nicht anders als durch Gebet und Faſten ausgetrieben werde, und daß die Mäßigkeit das Fleiſch läutere und reinige (Mth. 17. 21).

Ferdinand I., römiſcher Kaiſer, bediente ſich der Mäßigkeit, um nach dem Tode ſeiner Gemahlin, einer ſehr gottſeligen Matrone, ſeinen Wittwer-Stand ſtets rein und unbefleckt zu halten. Er nahm nur mehr eine Mittagsmahlzeit zu ſich und verſagte ſich für ſein ganzes übriges Leben das Nachtmahl. Sein Biograph ſetzt als Urſache bei: damit er um ſo leichter über die Reize des Fleiſches ſiegen könnte. Ein erhabenes Beiſpiel. Was thue ich, was thun wir arme Bettler, das dieſem ähnlich wäre? So große Fürſten gehen uns mit Beiſpielen ſo vielfacher Enthaltſamkeit voran, werden wir uns weigern ihnen nachzufolgen? oder ſchämen wir uns? Weil wir ſie in ihren Fehlern nachgeahmt, ſo laßt ſie uns auch in der Buße nachahmen.

§. 3.

Aber wir wollen alle andern Beiſpiele bei Seite laſſen, wir haben ja Jeſum Chriſtum zu unſerm Vorbild und mit Ihm haben wir Alles. Chriſtus hielt es in Bezug auf die Nahrung und Kleidung mit den übrigen, er floh nicht die Geſellſchaft der Menſchen,

Digitized by Google

ſand ſich auch ſogar bei Gaſtmählern ein (Mth. 11. 19). Daher machte man ihm jene harten Vorwürfe: „Dieſer Menſch iſt ein Freſſer und Weinſäufer, ein Freund und Genoße der Publikanen und Sünder! Dieſes that er und litt er, damit wir an ihm ein Beiſpiel hätten, und um ſo lieber ihm nachfolgen möchten. Außer dem vierzigtägigen Faſten hat er ſehr oft, oder daß ich es recht ſage, unaufhörlich Hunger und Durſt gelitten, ſehr oft hat er ganze Nächte durchwacht, durch mühſame Reiſen von einem Ort zum andern ſich abgemüdet. Alles dieſes that er nicht um ſein jungfräuliches reines Fleiſch zu bezähmen, ſondern um ein Beiſpiel der Nachahmung aufzuſtellen, gerade als ob er ſagte: „Ihr meine Glieder, lernet von eurem Haupte, laſſet euch nicht ſchwer fallen zu leiden, was ihr mich ſelbſt leiden ſehet. Ich habe aus Liebe zu euch Hunger und Durſt gelitten und viel gewacht, ſolltet ihr wohl Bedenken tragen, mir zu Lieb euch in Speiſe, Trank und im Schlafe einigen Abbruch zu thun?“ Das bändigt den Muthwillen des Fleiſches, durch dieſe Arznei reiniget man die Mackel und Flecken der verderbten Luſt. Man muß beten, wachen, faſten.

Der tiefdenkende Paulus hat dieſe Mahnung des Herrn wohl erfaßt, denn er ſagt (Philipp. IV. 12): „Ich weiß auch in die Entbehrung wie in den Ueberfluß mich zu ſchicken (ich bin überall und in Allem geübt), ſatt zu haben und zu hungern, Ueberfluß zu haben und Mangel zu leiden. Ich vermag alles in dem dem der mich ſtärkt.“ „Bis zu dieſer Stunde hungern

und durſten wir, ſind entblößt, werden mit Fäuſten geſchlagen und haben keine bleibende Stätte“ (I. Cor. IV. 11). „In Mühſeligkeit und Elend, in vielfältigen Nachtwachen, in Hunger und Durſt, in vielem Faſten, in Kälte und Blöße“ (II. Cor. XI. 27). Wozu dieſes alles, lieber Paulus? „Damit das Leben Jeſu an unſerm ſterblichen Fleiſche offenbar werde“ (II. Cor. IV. 10). Gott zielt dahin, daß jene, die zur ſeligen Ewigkeit auserwählt ſind, dem Ebenbilde ſeines Sohnes gleichförmig werden. Das iſt der Inhalt des Ganzen: „Die Chriſtum angehören, haben ihr Fleiſch gekreuzigt ſammt den Laſtern und Gelüſten“ (Gal. V. 24).

Fürwahr, wenn man einen Hund von ſich jagen will, ſo darf man ihm nicht Fleiſch, ſondern Steine oder einen Stock zeigen; geht der Topf über, ſo muß man Holz aus dem Feuer nehmen, oder ihn zurückziehen; wenn das Pferd muthwillig wird, muß man ihm weniger Futter geben, denn Hunger und Mäßigkeit wird es wohl am eheſten zahm machen. Ambroſius ſagt recht ſchön:

„Willſt du das ſtolze Fleiſch bezähmen,
Darfſt du nur wenig Nahrung nehmen.“

Aber das iſt ja etwas ganz Widerſinniges, daß ich von Uebermuth des Fleiſches ſage? Der Uebermuth oder Stolz liegt ja eigentlich nicht im Fleiſche, ſondern im Sinne des Menſchen. Darauf erwiedere ich: Wenn die Magd über die Frau herrſchen, wenn der Knecht oder Diener dem Herrn etwas Schändliches befehlen

Digitized by Google

würde, ſo wäre dieſes gewiß höchſt widerſinnig: ſo verhält es ſich auch mit dem Stolz des Fleiſches. Paulus fürchtete eine ſolche verkehrte Ordnung, daher ſpricht er (I. Cor. 9. 27): „Ich züchtige meinen Leib und bringe ihn in die Dienſtbarkeit, damit ich nicht etwa nachdem ich Andern geprediget habe, ſelbſt verworfen werde.“ Sehet hin auf Paulus, der von Gott berufen, bis in den dritten und höchſten Himmel entzückt, von den vielen Arbeiten entkräftet, von Mißhandlungen und Einkerkerungen abgezehrt war, auf dieſen ſo heiligen Mann, der dennoch fürchtet, das Fleiſch möchte über ihn Herr werden und ausruft: „Ich züchtige meinen Leib.“ Ambroſius und Chryſoſtomus verſtehen unter dieſer Züchtigung das Faſten. Wenn ein berühmter und erfahrener Arzt die Arznei welche er andern vorſchreibt, ſelbſt am erſten einnimmt, ſo hoffen wir davon eine gute Wirkung. Paulus gebrauchte das Faſten und die Züchtigung des Leibes als Arznei: Warum entſetzen wir uns denn vor dem, was der Arzt ſelbſt genommen? Wenn es eine Heilmethode giebt von der man ſagen kann: dieß ſagt Hippokrates, Galenus, Avicena, damit ſtimmen auch unter den neueren überein Merman, Menzel, Fuchs, Gobel, ſo halten wir dafür, es müße dieſes ein herrliches Heilmittel ſeyn, an deſſen gutem Erfolg man gar nicht zweifeln dürfe. So laßt uns auch hier vernünftig ſchließen. Chriſtus ſagt, wir ſollen das Fleiſch durch Faſten von den böſen Lüſten ſäubern, dieß ſagen Petrus und Paulus, dieß ſagen alle Apoſtel, dieß ſagen alle alten Väter.

Digitized by Google

Ja Chriſtus ſelbſt hat dieſe Arznei gebraucht, Petrus und Paulus, die Apoſtel und alle Heiligen haben ſie gebraucht. — Wir wollen nur einige wenige noch hier anführen: Eduard, Erzbiſchof zu Canterbury, lebte bei der hohen Würde die er bekleidete dennoch äußerſt ſparſam und häuslich. Manchmal genoß er von dem was aufgetragen wurde nichts, als Waſſer und Brod, was ihm ſtets das liebſte war. Da man ihn fragte, warum er ſo außerordentlich wenig zu ſich nehme, ſagte er: weil ich meinen Leib nicht mäſten, ſondern nur erhalten will. Darum hat ihn auch der Herr geſpeist mit dem Brod des Lebens und des Verſtandes, und mit dem heilſamen Waſſer der Weisheit ihn getränkt. Dieß haben alle Männer gethan, welche die Kunſt der Mäßigkeit gründlich erlernt: nach was ſie am meiſten gelüſtete, das haben ſie ſich am wenigſten erlaubt. Der Abt Cellenius, ein ganz beſonderer Liebhaber von Honig, fand einſt mehrere Honigroſen. Ein anderer hätte dieſes für ein großes Glück gehalten, aber er, ein mächtiger Ueberwinder ſeiner ſelbſt, beherrſchte ſeine Gaumenluſt und ſprach: Hinweg, hinweg von mir du ſchlimme Begierde, du ſollſt nicht genießen, wornach du ſo ſehnlichſt verlangſt. Zur Strafe dieſer Luſt legte er ſich ſelbſt ein drei Wochen langes Faſten auf. Als er verſchiedene Obſtarten auf dem Boden liegen ſah, hielt er dieß für Fallſtricke des böſen Feindes und ſagte: Du alter Böſewicht, du wirſt mich nicht hintergehen, ich kenne deine Kunſtgriffe. Ich will dieſe betrüglichen Lockſpeiſen nicht einmal berühren. Es ſteht

Digitized by Google

geſchrieben: „Der Menſch lebt nicht vom Brod allein.“ (Mth. 4, 4). Der heilige Mann wußte wohl, daß es eine große Tugend und ein großes Verdienſt ſey, ſich ſelbſt eine Sache, nach der ihn ſo ſehr gelüſtete, zu verſagen.

Auch dieſes ſey hier noch beigefügt, was Petrus Damianus erzählt: „Ein gewiſſer Biſchof hatte eine beſonders große Luſt zu Lampreten, eine Art guter Meerfiſche; er gab daher ſeinem Koche den Auftrag, er ſolle ihm einen ſolchen zurichten, während dem er ſeine Andacht verrichten werde. Da er aber am Altare ſtand, und das heilige Opfer entrichtete, kam ihm immer der verführeriſche Gedanke an den guten Fiſch in den Sinn, und ſtörte und verwirrte ihn in dem begonnenen hl. Werke; der fromme Biſchof aber ſchämte ſich und erröthete, daß er vor den Augen des allwiſſenden Gottes durch ſolche Gedanken befleckt werde. Darum befahl er gleich nach vollendeter Andacht ſeinem Diener, den zur Mahlzeit zugerichteten Fiſch dem nächſt beßten Armen zu geben.“ Das iſt ein herrliches Beiſpiel von Enthaltſamkeit. Es wurde fürwahr, ſchreibt Damianus, das Hündlein der Wolluſt, welches unter dem Tiſche drs Körpers hätte leben können, weil es unverſchämt in das Allerheiligſte hineinlief, mit dem Prügel der Mäßigkeit und des Faſtens todt geſchlagen.

Damianus hat aber nicht allein Tugendbeiſpiele von andern angeführt, ſondern er hat in dieſer Art von Ueberwindung auch über ſich ſelbſt einen herrlichen

Digitized by Google

Sieg errungen; denn auſſer ſeinen täglichen Abtödtungen genoß er auch die ganze vierzigtägige Faſten hindurch nichts Gekochtes oder Geſottenes, ſondern begnügte ſich nur mit Obſt, das ihm ſtatt der Speiſe und des Trankes diente. Nur wegen zu großer Magenſchwäche ward er endlich gezwungen, etwas geweichte Hülſenfrüchte zu ſich zu nehmen. Dieſes that er nach dem Beiſpiele des hl. Romuald, dem er nach allen Kräften nachzuahmen ſich befließ, wie er denn auch ſeine Lebensgeſchichte ſchrieb, und unter andern einen denkwürdigen Sieg alſo berichtet: Er befahl nämlich, man ſollte ihm oftmals jene Speiſe bereiten, die er gerne aß; wenn ſie nun aufgetragen war, hielt er ſie vor die Naſe und den Mund mit den Worten: „O Schlund, Schlund, wie iſt dieſe Speiſe ſo lieblich, wie ſollte ſie dir ſo wohl ſchmecken? Aber wehe dir, du ſollſt auch nicht ein Bischen davon bekommen, uud ſo ſchickte er ſie jederzeit unberührt dem Koche wieder zurück."

Das Fleiſch iſt eine Dienerin der Vernunft, eine gemeine Sklavin nur, deren Schalkheit und Argliſt noch Niemand durch Nachſicht überwunden hat. Darum muß man es mäßig und hart halten, durch Mangel und Hunger zahm machen. Als einſtmals Jemand von dieſem ſchwere Anfechtungen zu erdulden hatte, ging er hin und fragte den Aegidius, einen Genoſſen des hl. Franz von Aſſiſi, mit welcher Arznei er wohl dieſe Krankheit angreifen ſolle. Aegidius antwortete: „Mein lieber Bruder, was würdeſt du thun, wenn

Digitized by Google

ein großer Hund aus einem Bauernhaus dich anfiele?“ Ich würde mich, entgegnete jener, mit einem Steine oder Stocke vertheidigen, und ihn ſo in die Flucht jagen. Ebenſo muß man es auch mit dem Fleiſche machen, ſprach Aegidius, wenn es anfängt, ſich zu erheben und dem Geiſte ſich zu widerſetzen. Schlage es mit dem Steine der Zerknirſchung uud der Buße, mache es mürbe mit dem Stocke des Faſtens, ſo wird es gehorſam ſeyn. Fürwahr eine ſolche Art wilder Thiere kann nicht anders zahm gemacht werden.“

Die Genußſucht gleicht einem halsſtarrigen und widerſpenſtigen Thiere, und erregt immer Gelüſte nach dem, was verboten iſt, wenn ſie nicht durch immerwährende Abtödtungen bezwungen wird. Laurentius Medici, Herzog von Florenz, lag auf den Tod krank, und hatte, wie dieß gewöhnlich der Fall iſt, alle Luſt zum Eſſen verloren. Da man ihm zum Abendeſſen die ausgeſuchteſten Biſſen brachte, und fragte, wie es ihm ſchmecke, gab er zur Antwort: „Wie einem Sterbenden.“ Gerade als wollte er ſagen, wer den Tod fühlt, dem ſchmeckt nichts mehr auf Erden. So muß auch die Eßluſt durch tägliches Faſten abgetödtet werden, damit wir zum Tode uns bereiten. Sonſt wird ſie vor allzu großer Lebensluſt gegen den Geiſt ſich ſtets erheben.

Es wäre zu wünſchen, daß noch ein Eleutherius, der Wunder wirkte, zu finden wäre, der uns die Gnade zu faſten erbitten möchte, die Gregorius durch ihn erlangte, wie er uns ſelbſt durch ſeine Schriften

Digitized by Google

und Gemählde bezeugt. Gregorius hatte einen ſo ſchwachen Magen, daß er wegen Ohnmacht des Geiſtes ſelbſt am Vorabende vor Oſtern Speiſe zu ſich nehmen mußte. Das fiel ihm ſehr ſchwer, daß er nicht einmal an dieſem Tage, wo doch die Kinder das heilige Faſten hielten, ſich der Speiſe enthalten könne. Er ging ganz mißmuthig zu Eleutherius, und bat ihn mit großer Zuverſicht, er wolle ihm von Gott Stärke erbitten, dieſen Tag hindurch zu faſten. Dieſer willigte alſogleich ein, warf ſich nieder auf die Kniee, hob ſeine Hände zum Himmel, und bat unter reichlichen Thränen, Gott möge ihm, der ein ſolches Verlangen nach dem Faſten hätte, die nöthige Kraft hiezu nicht verſagen. Und Gott erhörte ihn; denn Gregorius fühlte bald darauf ſeinen Magen ſo geſtärkt, daß er wohl zwei Tage lang hätte Hunger leiden können.

Ach mein Gott! verleihe uns Kraft und Stärke zum Faſten, vor allem aber treibe unſern widerſpenſtigen Willen an, daß er ſich des Faſtens, wozu er ſo wenig Luſt zeigt, befleiße. Das koſtet Mühe und Anſtrengung. Einen mittelmäßigen Hunger könnten wir leicht ertragen, wenn wir nur wollten. Aber weil wir nicht wollen, darum hören wir ſo häufig jene laue Entſchuldigung: „Wir können nicht.“ Lieber, gütiger Jeſu, gib, was du befiehlſt, und befiehl, was du willſt.

Darum iſt das Faſten eine gute, ja die allerbeſte und ſicherſte Arznei; die meiſten und ſchwerſten

Krankheiten laſſen ſich nichts anders heilen. Der Arzt aller Aezte hat dieß auf das Beſtimmteſte beſtätigt: (Mth. 17. 21.) „Dieſe Art von Geiſtern läßt ſich nicht anders austreiben, als durch Gebet und Faſten.“ (ibid. 5. u. 6.) „Darum ſelig, die jetzt hungern; denn ſie ſollen geſättiget werden.“

XIII. Kapitel.

Das Faſten fördert alle Tugenden.

Der Granatapfel iſt ein ſehr edles Obſt, obſchon die Schaale trocken und rauh iſt; inwendig befinden ſich ſaftige, rothe Körnlein, die in einer gewiſſen und wunderbaren Ordnung, wie Soldaten in einer Beſatzung liegen. Auch hat ein kleiner Apfel nicht weniger, und ein großer nicht mehr Körner, nur ſind ſie bei erſterem kleiner, bei letzterem größer. Es befinden ſich nämlich in jedem Apfel vier hundert vier und ſechzig, zwar ein geringer, aber doch reicher Vorrath für die Kranken und Durſtigen.

Dieſem Apfel möchte ich nicht mit Unrecht das Faſten vergleichen, das auch von der Auſſenſeite betrachtet einen rauhen Anblick darbietet, aber nimm nur die Schaale hinweg, durchſuche es, und du wirſt einen Schatz darin finden. Die Früchte des Faſtens ſind ſehr viele und gar vortrefflich, ſind aber verborgen. Suche ſie hervor und koſte ſie, ſo wirſt du nach kurzer Bitterkeit eine angenehme Süßigkeit empfinden.

Digitized by Google

Wir haben ſchon viele Urſachen angegeben, warum man faſten ſoll, wir wollen jetzt auch noch dieſes klar zeigen, daß das Faſten ein Hülfs- und Beförderungsmittel aller Tugenden ſey.

§. 1.

Hieronymus, ein leuchtendes Geſtirn in der Kirche Gottes, bemerkt in ſeiner Erklärung des Propheten Zacharias ſcharfſinnig. Nachdem der Tempel zu Jeruſalem wieder erbaut war, legte das Volk dem hohen Rathe der Prieſter dieſe Frage vor: (Zach. VII. 3.) „Sollen wir auch im fünften Monate noch einen Trauertag halten, und uns heiligen, wie wir es ſeit vielen Jahren her gethan haben?“ Das gemeine Volk von Jeruſalem befragt ſich, ob es auch jetzt noch an die Geſetze des Faſtens gebunden wäre wie vor Zeiten. Sollen wir uns heiligen? Faſten, ſagt Hieronymus, heißt ſich ſelbſt heiligen, weil das Faſten eine Heiligung iſt, um die Gaben Gottes zu empfangen. Daher ſagt Baſilius kurz: „Faſten iſt ein Schatz, aus dem alle Tugenden herausgeholt werden.“

Bernardus ſagt in der Predigt auf den hl. Chriſttag ganz freimüthig: Entweder irrt dieſer, oder es fehlt die Welt. Chriſtus hat erwählt, was er für das heilſamſte hielt; ihr erwählet, was er verworfen. Wie nun? Chriſtus, der nicht irren kann, wählte, was dem Fleiſche beſchwerlich war, alſo iſt es beſſer und nützlicher dieſes zu wählen. Wer anders lehrt, vor dem ſoll man ſich hüten wie vor einem Verführer.

Digitized by Google

Dieß iſt die Hauptſache, darauf beruht alles. Die Welt aber faßt dieſes nicht, ſie will es nicht verſtehen, um ja nicht gut zu werden. Sie verwirft, was ihr zum Heile gereichen würde, wenn es nur ein wenig bitter iſt, mehr als einen Baſilisk verabſcheut ſie, was dem Fleiſche läſtig iſt, nnd fürchtet das Faſten wie das größte Uebel. Ach Welt, du irreſt ſoweit, als der Himmel von der Erde entfernt iſt. Denn Chriſtus irret nicht, der uns den bittern aber heilſamen Kelch darreicht, da er mit Faſten ſein Predigtamt begann.

Dieß betrachtend, ſchreibt Gregor von Nyſſa: Faſten iſt der Grund jeglicher Tugend. Wenn wir keinen Grund legen wollen, ſo wird nie das Gebäude ſich erheben, ſobald der Grund läßt, ſo ſtürzt auch das ganze Gebäude. Wer hat denn mit der Niederreiſſung der Mauern von Jeruſalem den Anfang gemacht? Wer hat die Stadt verwüſtet, verbrannt, zerſtört? Vielleicht Nabuchodonoſſor? Es geſchah wohl auf ſeinen Befehl; wer hat aber Hand angelegt? Wer hat den Mauerbrecher geführt, wer die Mauern erſtiegen und die Stadt eingenommen? Es iſt ſchmählich zu ſagen, ein einziger Menſch. Es wäre noch kein ſo großes Wunder, wenn dieſes ein Goliath oder ſonſt einer aus dem Rieſengeſchlechte geweſen wäre; ſo war aber dieſer Menſch ein Koch.

Dieſes bezeugen die Bücher der Könige: (IV. Reg. 25. 8. 9.) „Es kam Nabuzardan, der Feldherr des Kriegsheeres, der dem Könige von Babylon diente,

Digitized by Google

nach Jeruſalem. Er zündete das Haus des Herrn, das Haus des Königs, und die Häuſer von Jeruſalem an. Alle Häuſer verbrannte er und riß die Stadtmauern nieder.“ Wer wagte je ſo etwas? Ein einziger Koch oder Fürſt der Köche. Denn die 70 Dolmetſcher und mit ihnen Chryſoſtomus nennen den Nabuzardan allzeit einen Fürſten über die Köche, wie Gregorius öfters bemerkt. So hat denn ein Fürſt über die Köche ſo großes Unheil und Verderben zu Jernſalem angerichtet. Dieß geſchah auch noch heut zn Tage; denn Nabuzardan bringt noch immer ſo viele hundert tauſende in's Verderben. Der Keller nnd der Koch rauben unzählig vielen Menſchen ihr Vermögen und Leben, wen die Küche nicht begräbt, den ſcharrt der Keller ein. Durch Zechen und zu häufige Mahlzeiten verliert dieſer den Beutel, jener die Geſundheit und das Leben, viele den Himmel und die ewige Herrlichkeit. Dieſer Nabuzardan macht ſo viele arme Leute, mordet ſo viele. Denn, — ſchreibt der Ausleger über Syrach, — es gibt nicht weniger Mörder, die ihren eigenen Leib, der ein Werk und eine Wohnung Gottes iſt, und nur dem Dienſte desſelben geweiht ſeyn ſoll, durch Eſſen und Trinken zu Grunde richten, als es ſolche gibt, die meuchelmörderiſch und gewaltthätig andere tödten. Wo die Luſt zum Eſſen und Trinken Platz genommen, da wohnt keine Tugend. Darum befiehlt die Nachfolge Chriſti: (I. c. 19.) „Bezwinge die unbezähmte Luſt nach Speiſe und Trank, und du wirſt dadurch den Sieg über die Luſt des Fleiſches

ſchon gar ſehr erleichtert haben. Ueberwinde den Nabuzardan, den Fürſten der Köche, und du wirſt dann um ſo leichter über deine andern Feinde Herr werden."

Der ſelige Maximus, Biſchof von Turin, ſchreibt gar vortrefflich vom Faſten: „Das Faſten iſt für den Chriſten eine Mauer, die der Teufel nicht einnehmen, kein Feind überſteigen kann. Denn wo hat je ein Chriſt gefaſtet, und iſt gefangen worden? Darum müßen auch wir, lieben Brüder, die wir in dieſer böſen Zeit leben, miteinander faſten, und die Barmherzigkeit Gottes durch unſere vereinte Enthaltſamkeit herabrufen. Oder wie? ſoll ein Chriſt nicht für ſein eigen Wohl das thun, was die unvernünftigen Thiere zu Ninive für das Wohl der Menſchen thaten? Der iſt noch dümmer als ein Thier, welcher das vom Prieſter verkündete Faſten nicht hält. Das Vieh, wenn es eine Grube ſieht, weicht aus, um nicht hineinzuſtürzen, du aber willſt nicht die Gefahr, die du vor dir ſiehſt, durch Faſten abwenden. Es iſt eine Art Vermeſſenheit, wenn einer ißt, da er faſten ſollte. Wer das Faſten haßt, liebt die Tugend nicht. Es gibt keine Tugend, der das Faſten nicht ſehr viel nützte. Auf das Faſten kann man beinahe jene Worte des Herrn anwenden: (Jo. XV. 5.) „Ohne mich vermöget ihr nichts." Iſt Jemand krank, der faſte. Leidet er an Fieberhitze? er faſte nur recht. Wird er vom Fleiſche heftig gereizt? er faſte, ſo viel er kann. Wird er von Menſchen angefeindet? er faſte. Will er von Gott etwas erlangen? er faſte nur. Will er

ein Laſter ausrotten? ſo faſte er. Will er genugthun für ſeine Miſſethaten? er faſte. Will er dem Geiſte das Fleiſch unterwerfen? nur ernſtlich gefaſtet. „Das Gebet iſt gut aber mit Faſten.“ (Tob. XII. 8.)

§. 2.

Mit den Tugenden und Laſtern verhält es ſich wie mit den Krämern und Handelsleuten, auf die ſich ganz gut jener gewöhnliche Spruch der Weiſen anwenden läßt. Auf den Ruin des einen baut ein anderer ſein Glück. Vor Zeiten war der Faden aus Baumwolle ſehr im Gebrauche, ſo daß beinahe Jedermann ein Kleidungsſtück davon trug, und man nicht Weber genug finden konnte, die ſolche Fäden zu Tuch verarbeiteten. Jetzt iſt dieß abgekommen, und dagegen Leder und Seide gebräuchlicher. So nimmt auch die Tugend im nämlichen Grade zu, als dem Sündhaften entzogen wird. Die Eßgier und die Unzucht ſind ganz nahe verwandt, je mehr man ihnen entzieht, deſto mehr gewinnt die Tugend der Keuſchheit und Enthaltſamkeit. Ertödte deine Eßluſt, und du haſt die größten Tugenden in's Leben gerufen. Die Mäßigkeit iſt eine wohlverwahrte Schatzkammer der Tugenden.

Ganz gut und treffend können die Worte Salomons hieher bezogen werden: (Prov. 26. 20.) „Wo das Holz mangelt, wird das Feuer bald erlöſchen.“ So lange wir leben, wenn wir auch heilig leben, glüht immer der Zunder des Böſen im Geheimen fort, ſo wie auch nach gelöſchtem Brande in der Aſche noch

Digitized by Google

Feuerfunken verborgen ſind. Auch in uns ſind ſolche verborgen, die ſich von Zeit zu Zeit bei verſchiedenen Gelegenheiten zeigen; denn bald entbrennt der Zorn, bald die Mißgunſt, bald ſteigt empor die Lohe der Unkeuſchheit und ein verborgener Stolz. Geſchwind hieher mit dem Waſſer, geſchwind und löſche das glimmende Feuer aus.

Willſt Feuerflammen löſchen aus,
So zieh das Holz vom Heerd heraus.

Hiezu dient am beßten Faſten und Mäßigkeit. Hieronymus bezieht hieher ganz gut jenes alte Sprichwort: „Ohne Ceres und Bachus erkaltet bald Venus.“ Wo Nabuzardan nicht hinkommt, dort regt ſich auch gemeiniglich vergebens die Geilheit. Wo man oft Hunger leidet und mäßig lebt, da findet ſich nicht leicht eine unreine Luſt. Faſten iſt eine unbezwingliche Mauer. Der gierige Nabuzardan verwüſtet alles. Dieß bezeugt klar der Prophet Ezechiel, da er ſchreibt: (XVI. 49.) „Sieh! dieſe waren die Miſſethaten deiner Schweſter Sodoma: Stolz, Unmäßigkeit, Ueberfluß, ihr und ihrer Töchter Müßiggang. Sie reichten den Armen und Dürftigen die Hand nicht.“ Sehet nur, wie dieſe Tänze mit einander wechſeln, und wie ſie ſo ſchön einander die Hand reichen. Der Vortänzer aller Laſter iſt der Stolz und Hochmuth, ihm folgen gleich auf dem Fuße nach zwei wohlgeſchmuckte Dirnen, die Fülle und die Unmäßigkeit. Zwiſchen dieſen in der Mitte befindet ſich Nabuzardan. Gutes Eſſen

Digitized by Google

und Trinken, häufiger Schlaf, geben den Laſtern bedeutenden Zuwachs.

Im zweiten Reihen folgt ein gar zierlich gekleidetes Ungeheuer, der Müßiggang. Ein voller Bauch betet nicht gerne, wacht nicht gerne, arbeitet nicht gerne. Die dritte Tänzerin iſt Sparſamkeit im Almoſengeben. Denn meiſtens ſind jene, die ſo viel auf Kleider und einen guten Tiſch verſchwenden, im Almoſengeben ſparſam. Alſo gehen Stolz und Fülle, Fülle und Ueberfluß, Ueberfluß und Müßiggang, Müßiggang und Unbarmherzigkeit nebeneinander her. Dieß war die Miſſethat von Sodoma. Dieß hat Sodoma und Gomorrha, Adama, Seboim und Segor, auch Jeruſalem mit Gewalt bezwungen und zerſtört. Zu großer Ueberfluß, zu viel Futter, eine immer volle Küche, Nabuzardan mit ſeinem Gefolge zerſtören und vernichten alles. Wo keine Mäßigkeit und Enthaltſamkeit, da iſt das Verderben vor der Thüre.

Einer Schlange iſt nichts mehr zuwider als der Speichel eines nüchternen Menſchen, nicht einmal einen Topf ſiedend heißen Waſſers flieht ſie ſo ſehr. Die hölliſche Schlange hofft keinen Sieg, wenn ſie mit einem nüchternen und faſtenden Menſchen in's Treffen kommt. Einen ſolchen fürchtet ſie und wird auch von ihm leicht überwunden. Dieß beſtätigt Baſilius, indem er ſchreibt: das Faſten giebt dem Menſchen Waffen an die Hand wider alle Heere der böſen Geiſter. Hieronymus ſtimmt ihm bei: Es muß um das Faſten etwas Erhabenes ſeyn, weil auch die böſen Geiſter davor erzittern.

Digitized by Google

Auf gleiche Weiſe reden auch die andern Väter. Auguſtinus thut mit allen alten Vätern und auf ſie geſtützt den kurzen, wahren und kräftigen Ausſpruch: „Niemand hat ohne Faſten den Teufel überwunden.“ So heißt denn Faſten den Teufel überwinden. Der böſe Geiſt fürchtet nichts und iſt ganz verwegen, wenn er einen Gegner findet der nichts weiß von Faſten und Mäßigkeit.

Der Abt Philibert, ein Mann von hohen Tugenden, legte ſich ſelbſt öfters ein ſehr ſtrenges Faſten auf. Aber wie es der menſchlichen Schwachheit zu begegnen pflegt, manchmal vergaß er auch darauf, beſonders dann, wenn gute Freunde ihn beſuchten, da ließ er ſich oft verleiten, daß er im heitern Geſpräche mit ihnen das Geſetz welches er ſich auferlegte in etwas übertrat. Da fühlte der fromme Mann eines Menſchen Hand, den er gleichwohl nicht ſah, der unter lautem Hohngelächter auf ſeinen Bauch ſchlug und ſagte: „Laß dir's nur wohlergehen, laß dir's nur wohlergehen.“ Dieſer Feind lachte aus Zulaſſung Gottes über dieſes ziemlich gute Nachteſſen, als hätte er ſagen wollen: „Abt Philibert, biſt du deines Vorſatzes ſo wohl eingedenk? Sehet doch den heiligen Mann, der ſo ziemlich die Herrſchaft über ſeinen Bauch errungen und nun gut beten, leſen, ſingen kann. Freilich hatte Philibert ſeinen Bauch mit Brod und Wein angefüllt (wie Iſaak ſeinem Sohn Jakob gethan), und was hätte er weiter thun ſollen als, unbekümmert um die ganze Welt, ſich ruhig ſchlafen legen? Schlaf' nur Philibert, du ſehr

heiliger Abt, Nabuzardan hat dein Schloß angegriffen, eingenommen und in Beſitz genommen.“

So macht es der Feind, wenn man das Geſetz des Faſtens auch nur im geringſten übertritt: welchen freudigen Triumph wird aber der Satan über jene feiern, die als geſchworne Feinde aller Enthaltſamkeit ganz vermeſſen alle Gebote derſelben übertreten, die ſelten, ja nie nüchtern ſind, und nur dem Bauch als ihrem Gott opfern, von jeder Tugend bar.

§. 3.

Das Faſten ſagt Hieronymus iſt nicht nur eine vollkommene Tugend, ſondern auch ein Fundament der übrigen Tugenden und die Heiligung derſelben. Ihm ſtimmt bei der ſelige Leo: Immer war das Faſten eine Nahrung der Tugend. Auch Chryſoſtomus denkt nicht anders: Das Faſten, ſchreibt er, iſt eine Schule des Gebetes, die Speiſe der Seele, ein Zügel für den Mund. Faſten iſt die Nahrung unſerer Seele, und ſo wie die leibliche Speiſe den Leib fett macht, ſo macht auch das Faſten die Seele ſtärker und kräftiger. Es verleiht ihr Flügel, damit ſie ſich emporſchwinge und himmliſche Betrachtungen anſtellen könne. Darum möchte ich gerne, daß ihr mit gereinigtem Sinne der Genußſucht und den Wollüſten entſaget, und die Mutter alles Guten, die Lehrerin der Zucht und jeglicher Tugend, das Faſten übet, nachdem ihr fleißig die Falten eures Herzens unterſucht habet.

Digitized by Google

Als Grund des Faſtens haben wir bisher mehrere Urſachen angeführt, und namentlich folgende:

1. Weil das Faſten die allerbeßte Arznei iſt die Geſundheit zu erhalten oder zu erlangen und das Leben zu verlängern.
2. Weil das Faſten eine Würze aller Speiſen iſt.
3. Weil das Faſten die Zeit, das Vermögen und den guten Namen vermehrt.
4. Weil das Faſten ein vorzügliches Hilfsmittel in geiſtlichen Uebungen iſt.
5. Weil das Faſten eine große Genugthuung iſt für begangene Sünden.
6. Weil das Faſten den Stand des Menſchen, nachdem er aus dem Paradies vertrieben worden, am zuträglichſten iſt.
7. Weil das Faſten durch die Beiſpiele aller Heiligen beſtätigt wird.
8. Weil das Faſten das Fleiſch wie eine Arznei reiniget.
9. Weil das Faſten allen Tugenden Zuwachs verſchafft. Und endlich füge ich noch bei
10. Weil das Faſten von Gott, von der Natur und von der Kirche geboten iſt.

Das erſte iſt offenbar, weil Gott in dem Geſetz befohlen hat, ſein Volk ſollte an gewiſſen Tagen und Monaten faſten: Ihr ſollt euch abtödten (Lev. XVI. 29). Im neuen Teſtament hat der Sohn Gottes die Art und Weiſe zu faſten mit dieſen Worten gelehrt: „Wenn ihr faſtet, ſo zeiget euch nicht trübſinnig, wie

Digitized by Google

die Heuchler“ (Mth. VI. 16). „Es werden ſchon Tage kommen, da ihnen der Bräutigam entzogen ſeyn wird, da werden ſie faſten“ (Mark. II. 20).

Chryſoſtomus erklärt die Nothwendigkeit des Faſtens: Deßwegen hat Gott dem Menſchen, da er ihn vom Anfange her ſchuf, ſogleich die Zügel des Faſtens angelegt und dadurch ihn einer frommen und liebevollen Mutter und einem gar guten Lehrmeiſter empfohlen. Wenn das Faſten im Paradieſe ſchon nöthig war, ſo wird es außerhalb desſelben noch viel mehr nöthig ſeyn. Wenn die Arznei vor dem Schaden nützlich war, um wie viel mehr nach demſelben. Wenn ſchon damals, ehe noch der Krieg mit der böſen Begierlichkeit ſtattfand, die Waffen uns gute Dienſte leiſteten, um wie viel mehr, nachdem uns vom Teufel der Kampf zwiſchen Tugend und Laſter angekündiget war. Darum müſſen wir nothwendig Hilfe bei dem Faſten ſuchen. Haſt du nicht geſehen, wie Gott zürnt, wenn man das Faſten verachtet? So lerne auch, wie er ſich freut wenn man dasſelbe ehrt und hält. Denn gleichwie er den Verächter des Faſtens mit dem Tode ſtrafte, ſo hat er vom Tode den erweckt, der es hielt.

Dem Johannes Chryſoſtomus müſſen wir hier Peter Chryſologus an die Seite ſetzen: Lieben Brüder, ſchreibt er, ihr ſehet, daß wenn wir das vierzigtägige Faſten halten, ſolches kein menſchliches Geſetz iſt, es iſt göttlicher Befehl; es iſt etwas geheimnißvolles und gehört nicht unter die irdiſchen Gebräuche, ſondern unter die himmliſchen Geheimniſſe.

Digitized by Google

Zweitens iſt es auch geboten durch eine Vorſchrift der Natur. Oft werden wir vom eigenen Fleiſche ſo gereizt, vom Teufel ſo angefochten, gerathen durch ſchwere Verſuchungen ſo in die Klemme, daß wir nicht wiſſen wo aus? Dann, ſagen die Geiſteslehrer, werden wir durch das Geſetz der Natur verbunden, durch Faſten oder ähnliche Waffen das Böſe zu überwinden. Es gilt die ewige Glückſeligkeit: darum muß man kämpfen und ringen, und den Himmel mit Gewalt an ſich reißen.

Drittens iſt kein Zweifel an dem Gebote der Kirche. Das Wort des Herrn iſt uns nicht unbekannt. „Wer die Kirche nicht hört, den halte wie einen Heiden nnd Publikan“ (Mth. XVIII. 17). Hieronymus belehrt uns hier gar ſchön: „Ein jedes Land mag nach ſeinem beßten Dafürhalten handeln und die Gebote der Voreltern für apoſtoliſche Geſetze halten.“ Der ausgezeichnete Schriftgelehrte, Thomas von Aquin, antwortet auf die Frage, ob das Faſten geboten ſey: „Es geziemte ſich, daß die Gebote vom Faſten und der Haltung desſelben durch göttliche und menſchliche Geſetze gegeben wurden.“ Dieß iſt der Ausſpruch aller Schriftgelehrten: „daß das vierzigtägige Faſten bei allen Nationen und zu allen Zeiten befohlen geweſen ſey. Laßt uns klug ſeyn mit den Alten, es mit den Voreltern halten, mit Chriſtus und ſeinen Jüngern das Faſten beobachten. Auf einen kurzen leiblichen Hunger wird eine ewige Sättigung folgen. —

Die Aloë
des zwar bittern aber heilſamen Saftes:
Faſten.

Zweites Buch.
Wie und mit welcher Frucht man faſten ſoll.

I. Kapitel.
Wer die Gebote des Faſtens eben nicht zu halten habe.

Thales von Milet hatte, wie Aelianus erzählt, einen Mauleſel, der verſtändiger war, als es gewöhnlich ſeiner Art zukommt, aber eben auf dieſer ſeiner Verſchlagenheit von ſeinem Herrn ertappt und dafür beſtraft worden war. Denn als der Mauleſel mit Salz beladen über ein Waſſer gehen ſollte, fiel er, als ob er der Laſt unterliege, nieder, damit das Salz im Waſſer zergienge und er um ſo leichter aufſtehen könne. Dem Thier gieng es nach Wunſch, denn ein großer Theil von Salz löſte ſich im Waſſer auf, der Mauleſel ſtand nach ſolcher Erleichterung muthig auf und vermeinte

Digitized by Google

nach viehiſchem Verſtand, es könnte nicht ſchaden, wenn er öfters einen ſolchen Fall machen würde. Thales merkte des ſchlimmen Thieres Poſſen und befahl, man ſollte ihm lauter Schwämme und Wolle aufladen, um Scherz mit Scherz zu vertreiben. Der Mauleſel gedachte nicht an ſeines Herrn ſchlaue Klugheit und hoffte, das Glück würde ihm auch künftighin wohlwollen; er kommt an's Waſſer, tritt hinein, fällt nieder, in der Meinung es werde alles wie das erſtemal ablaufen. Da aber Schwämme und Wolle Waſſer zogen und dadurch die Laſt über alle Maſſen ſchwer wurde, fühlte es das armſelige Thier, daß ihm ſeine Verſchlagenheit zum Schaden gereichte. Von der Zeit an gieng der Mauleſel ganz behutſam in das Waſſer, fiel auch nimmer zu Boden und trug das Salz unverletzt an den beſtimmten Ort.

Der alte Schriftſteller Rupertus ſagt: Salz iſt ein Gewürz für die Sünden; ſo wie den Thieren welche Salz an den Steinen lecken, die Luſt zu eſſen wieder kommt, ſo kommt den Sündern der Geſchmack himmliſcher Dinge wieder durch Abtödtung des Fleiſches. Das Faſten iſt ein edles Gewürz, ein koſtbares Salz, ein heilſames Mittel ſowohl für den Leib als für die Seele. Dieſes Salz iſt ätzend und etwas ſcharf, aber ſehr heilſam. Das Fleiſch zwar, als ein ſehr verſchlagenes Maulthier entzieht ſich auf jede Art und Weiſe dieſer Salzbürde entdeckt tauſend Kunſtgriffe um derſelben los zu werden. So mangelt es ihm auch nicht an fälſchlichen Beweiſen, denn es klagt alſo: Faſten

Digitized by Google

und Mäßigkeit trifft nur den Körper allein, der Geiſt ſpürt nichts davon, fühlt keinen Mangel, wird weder mager noch bleich: der Körper allein muß dieß alles leiden. Und damit dieſe arge Klugheit doch auch einen gewiſſen Schein des Rechtes für ſich habe, worauf ſie ihre Klagen ſtützen könne, ſo ſpricht ſie: Wenn ich arbeiten muß kann ich nicht faſten; mein Alter, die Kränklichkeit, Schwäche, Schlafloſigkeit vermögen den Hunger nicht zu ertragen. Der Kopf thut mir wehe, ich fühle Magenſchwächen, kann nicht ſchlafen, die Füße wollen mich nicht mehr tragen, ſobald ich zu faſten anfange: Faſten kommt mich am allerſchwerſten an. So verſucht das Fleiſch alles und erdenkt tauſenderlei Mittel um zu betrügen: es nimmt oft eine Unpäßlichkeit an, um nur dadurch dem Faſten zu entgehen. Aber dieſes dumme Thier gedenkt nicht der Drohung Chriſti (Luc. VI. 25): „Wehe euch ihr Geſättigten.“ Ihr wollet dem Hunger entgehen und werdet darein fallen. Eure Schlauheit wird zu euerm Schaden ausfallen. Wer klug ſeyn will belehrt und ermahnt ſein Thier wie der weiſe Thales: du Eſel was machſt du? du bereiteſt dir ſelbſt das größte Unglück: weit beſſer iſt es, daß du jetzt einen geringen Mangel leideſt und hernach beim ewigen Gaſtmahle dich erfreueſt, als daß du den Hunger jetzt ſtilleſt und dann in Ewigkeit Hunger leideſt. Je mehr du dich widerſetzeſt, o Mauleſel, eine deſto größere Laſt bekommſt du. Taucheſt das Salz du unter das Waſſer, ſo werden die Schwämme dich unter das Waſſer ziehen: du mußt faſten, es ſey dir lieb oder nicht, du

mußt faſten. Wähle, ob du lieber wenige Tage, oder in alle Ewigkeit Hunger leiden willſt. So geht der weiſe Thales mit ſeinem Maulthier um und empfiehlt uns das Faſten nicht bloß als einen Rath, ſondern macht es uns vielmehr zur Pflicht.

Im erſten Theile dieſes Buches haben wir gelehrt, warum man faſten ſoll: jetzt folgt der andere Theil, wie man faſten ſoll. Hier kommt verſchiedenes zu bedenken vor. Das erſte iſt, wer an die Geſetze des Faſtens nicht gebunden ſey: davon ſoll nun in dieſem Kapitel gehandelt werden.

§. 1.

Die Kirche iſt gegen ihre Kinder keine ſtrenge Stiefmutter, ſondern eine ganz gütige Mutter, ſie befiehlt das Faſten nicht unter der gewaltigen Drohung wie der Römer Manlius ſeinen Befehl und die Niniviter ihr Faſten (Jon. III. 7): „Menſchen und Thiere, Jünglinge, Greiſe, Säuglinge und Kinder, Arme und Reiche, Geſunde und Kranke, Rinder und Schaafe ſollen nichts genießen, nicht weiden, nichts trinken.“ Der Befehl der Kirche iſt viel gelinder, denn er geht nur diejenigen an, die dazu Fähigkeit und Kräfte beſitzen.

Im Jahre Chriſti 1310 lehrte die ketzeriſche Sekte der Begarden, der Menſch könne zu ſolcher Vollkommenheit gelangen, daß er von jeder Sünde befreit und ſicher, weder des Gebetes noch des Faſtens mehr bedürfte. Dieſen Irrthum hat das erſte Concil zu Vienne verdammt.

Digitized by Google

So lange wir Sterbliche in dieſer Welt leben, ſind wir Schüler, wir können täglich lernen, täglich fortſchreiten, und niemals von allen Sünden frei werden. Man muß ohne Unterlaß lernen und vorwärts ſchreiten. Dieſes findet man auch bei den vorzüglichſten Männern, je heiliger ſie waren, deſto eifriger beteten, deſto ſtrenger faſteten ſie. Unter dieſe gehören Johannes der Täufer, die Schüler Chriſti, die frömmſten Biſchöfe, ſehr viele Mönche und Stifter der geiſtlichen Orden. Denn Niemand gelangt in dieſem Leben zu einem ſo hohen Grad von Tugend, daß er es nicht noch weiter bringen könnte und ſollte. Dieſes bezeugt auch der ſelige Leo (v. d. 40tägigen Faſten): „Das größte und heiligſte Faſten naht heran, welches allen Gläubigen ohne Ausnahme genaue Beobachtung befiehlt; denn Niemand iſt ſo heilig, daß er nicht noch heiliger, Niemand ſo andächtig, daß er nicht andächtiger ſeyn ſollte.“ Dieſes Wort ſprach ſchon der Engel in der geheimen Offenbarung aus (Offenbg. 22. 11): „Wer heilig iſt, werde noch heiliger: wer gerecht iſt, werde noch gerechter.“ Die Unbeflecktheit und Heiligkeit des Lebens, ſprechen Niemand von der Pflicht des Betens und Faſtens frei. Aber die Theologen beſtimmen andere 4 Punkte die vom Faſtengebote befreien:

1) Das Alter. 2) Die Arbeit. 3) Die Schwäche. 4) Die Unfähigkeit. Wir erklären kurz eines nach dem andern.

Fürs erſte befreit das Alter vom Faſtengebote. Thomas von Aquin und andere gelehrte Theologen be-

Digitized by Google

haupten, daß jene in dieſem Gebote nicht begriffen ſeyen, die das 20ſte Jahr noch nicht zurückgelegt hätten. Hier möchten wir uns vielleicht darüber wundern, warum die Zeit von einundzwanzig und nicht von zwanzig Jahren beſtimmt werde. Die Urſache iſt dieſe: die Kirche ſieht auf die 3mal ſieben Jahre der Kindheit, des Wachſens und der Jugend: in dieſen 3mal ſieben Jahren iſt mehr Speiſe erlaubt als ſonſt, nicht nur um den Leib zu unterhalten, ſondern auch ſeinen Wachsthum zu befördern. Aber Thomas v. Aquin und mit ihm andere Theologen halten weiſe dafür, man ſoll die Jugend beim Beginne der Frühlingsfaſten dahin vermögen, daß ſie jede Woche zwei- oder dreimal faſte. Die Urſachen hievon ſind:

1) Sie gewöhnen ſich dadurch an die Mäßigkeit, denn im 21ſten Jahre niemals oder äußerſt ſelten, und bald darauf im 22ſten Jahre täglich faſten müſſen, iſt hart und beſchwerlich;

Wer ſtets gewohnt nur war ein leichtes Kleid zu tragen,
Dem wird gewiß der Harniſch nicht lange wohl behagen:
Den Eiſen-Helm zu tragen wird nur der Kraft gelingen,
Dem zarten Haupt wird dieß den größten Schaden bringen.

2) Um einiges Verdienſt zu erlangen und ſich in der Enthaltſamkeit zu üben, beſonders in öffentlichen Bedrängniſſen und Nöthen, wie zu Ninive geſchah, da

allen ein dreitägiges Faſten auferlegt wurde. Der Prophet Joel ermahnt zu einer nüchternen Trauer (II. 15): „Feiert ein heiliges Faſten, rufet die Gemeinde zuſammen, verſammelt das Volk, veranſtaltet eine Zuſammenkunft, Greiſe, Kinder und Säuglinge. Der Bräutigam gehe aus ſeiner Schlafkammer, die Braut ſtehe aus ihrem Hochzeitbette auf.“ Man muß zuweilen allen Trauer und Faſten anbefehlen.

3) Die Jünglinge ſollen auch faſten um dem Maulthier einen Zaum anzulegen, das Fleiſch zu bezwingen, welches am muthwilligſten zu ſeyn pflegt, wenn das Geblüt in Hitze und Wallung iſt. Da rufe man laut: Entziehe dem Pferd den Haber, ſonſt wirft es den Reiter zu Boden. Da befiehlt die Natur einem Jeden, ſo wie auch die Geisteslehrer, daß man dieſen Feind durch Faſten wehrlos machen müße. Hieronymus ſchreibt für die Jugend zur Warnung: Das Feuer im Berge Aetna, die vulkaniſchen Inſeln, der hohe Berge Olympus brennen nicht mit ſolcher Hitze, als das Mark in den Gebeinen eines Jünglings wenn es von Wein und allerlei guten Speiſen entzündet wird. Da ſollen die Vorſteher und Erzieher der Jugend genaue Aufſicht haben. — Wie aber die Kinder, Knaben und Jünglinge von dem Geſetz des Faſtens befreit ſind, ſo auch die Alten. Aber es iſt ſchwer den Anfang des Alters zu beſtimmen. Einige werden ſchon vor 50 Jahren alt. Darin kommen die Theologen überein, daß, wer einmal das 60ſte Jahr überſchritten, zum Faſtengebote nicht mehr könne verbunden werden, es ſey denn, daß

ein ſolcher noch ſo ſtark und kräftig wäre, daß die Enthaltſamkeit ihm keinen Schaden brächte. Auf ſolche Weiſe mäßigen und mildern die Jahre ſowohl bei der Jugend als auch beim Alter die Gebote des Faſtens.

§. 2.

Der zweite Umſtand der vom Faſten diſpenſirt, iſt die Arbeit. Daher die Handwerker, Bauersleute, Wagner, Schmide, Schuſter u. dgl. oder auch Knechte und Mägde, die ſchwere Arbeit zu thun haben, vom gedachten Faſtengebote frei ſind. Unter dieſe darf man aber nicht zählen die Maler, Wundärzte, Schreiber, Schneider, Bildhauer, Spangenmacher, außer wenn ſie einen alten Stamm mit der Axt aushauen und zum Schnitzen zubereiten. Unter die arbeitenden Leute ſind auch zu rechnen, die zu Fuß reiſen, auch jene die ſich eines Pferdes bedienen, wenn nur die Reiſe nothwendig war: aber eine Wallfahrt oder Geſchäftsreiſe machen, die ſich ohne Nachtheil leicht verſchieben ließe und das Gebot nicht halten, wäre Betrug. Ein mit Purpur bekleideter Vater, der Kardinal Bellarmin, hat kurz vor ſeinem Tod alſo geſprochen: Man muß Gott nicht um den Gottespfenning betrügen. In allen Dingen muß man mit Gott dergeſtalt handeln, daß man ferne bleibe von aller Verſchlagenheit, Betrug und Falſchheit. Von dem Faſtengebote befreien auch jene Werke der Gottſeligkeit, die mit vieler Anſtrengung verbunden ſind, als, in den Hauptkirchen predigen, in den Schulen lehren, zu den Kranken und in Spitäler gehen. In

Digitized by Google

unſerer Societät wird freilich unter dieſen Titeln keine Speiſe gegeben, denn es faſten 70, ja 80jährige Greiſe und auch jene faſten, die in den Schulen oder Gottes- häuſern lehren, außer auf den Grund der Schwäche des Körpers, den der großen Geräumigkeit der Kirche die Niemand ausfüllen könnte, er habe denn Tags zu- vor etwas zu ſich genommen. Um aber noch mehr zu zeigen, daß die Kirchengebote durchaus nicht ſtrenge ſeyen, füge ich dieß noch bei. Wenn z. B. einer, der ſich ſtets mit vielem Studieren beſchäftiget, ſagt: Wenn ich nichts zu Abend eſſe, kann ich meinen Studien nicht obliegen; der Kopf iſt leer und ſchwindlicht und kaum vermag ich etwas zu leſen auf das geſtrige Faſten. Wenn ich ganz nüchtern bin, ſo bin ich gar keiner. Dieſem kann ich mit gutem Gewiſſen antworten: Mein Herr, wenn du anders deiner Pflicht nicht nachkommen kannſt, du hätteſt denn zu Mittag und zu Abend ge- geſſen, ſo iß, Gott fordert kein ſolches Faſten das uns in der Erfüllung der Berufsgeſchäfte hindert. Aber hier muß man, was wohl zu beachten iſt, aufrichtig handeln. Der Arzt und der Richter des Gewiſſens urtheilen nach den Ausſagen und Beweiſen: Du lügſt Gott vor, betrügſt dich ſelbſt, wenn du ſie hintergehſt. Das wiſſe, dein Fleiſch iſt ein ſehr verſchlagener Maul- eſel, und hat immer Entſchuldigungen genug. Du wirſt daher als der Herr des Eſels mit Thales weiſe ſeyn und ſeinen Poſſen nicht leicht glauben. Hundert- mal, ja tauſendmal wirſt du getäuſcht werden, wenn du deiner Sinnlichkeit zu viel nachſiehſt. —

Digitized by Google

§. 3.

Was drittens vom Faſtengebete befreit, iſt die Unpäßlichkeit. Kranke oder Schwache können auf einmal nicht viel Speiſe zu ſich nehmen, oder thun es mit großem Schaden. Deßwegen bedürfen ſie öfterer Labung, wie dieß bei den Kranken gewöhnlich iſt. Zu dieſen werden gerechnet die Schwangern, Kindbetterinen, Säugammen, Reconvalescenten. Was ſoll aber ein Weib thun, das ſo ſchwächlicher Geſundheit iſt, daß der Mann um ſie beſorgt, ihr das Faſten verbietet, was ſoll ſie thun? ſie ſoll ohne Sorgen eſſen. Wenn ihr aber der Mann, ein Feind und Spötter der Religion, aus Verachtung gegen das Kirchengebot zn eſſen befehlen würde, dann ſoll das Weib lieber ſterben, als ſolches thun wollen. So viel liegt daran, ob ein vernünftiger Grund vorhanden iſt oder nicht.

Darum ſind die ſehr Schwachen oder die wirklich Kranken an und für ſich ſchon vom Faſten befreit. Aber, wie ſchon öfters erwähnt, man muß hier aufrichtig zu Werke gehen; denn es iſt entweder bekannt, daß einer krank oder ſchwach iſt, oder es ſteht im Zweifel. Iſt das erſte der Fall, ſo leidet es keinen Widerſpruch, im zweiten Falle hat man ſich an den Rath eines klugen Mannes zu halten. Denn es hebt nicht jeder Fluß das Faſten auf. Manche Naturen müſſen öfters und jederzeit etwas Weniges zu ſich nehmen; den übrigen iſt nichts heilſamer, als Faſten und

Mäßigkeit. Dieß Rezept iſt ganz erprobt, und kann nicht oft genug wiederholt werden:

Leid Hunger, Durſt und wach',
So läßt das Fleiſch bald nach.

Das vierte iſt die Unfähigkeit. Dahin gehören Leute von geringem Vermögen, Bettler, Arme, die gar wenig oder nichts Zuverläßiges zu eſſen bekommen, als Suppe und Kraut zum Nachtmahle. Darum mögen ſie auch zu Nacht eſſen. Zweimal ſehr ſpärlich eſſen iſt minder angenehm, als einmal faſten. Ich habe geſagt die Unfähigkeit. Nun ereignet es ſich oft, daß einer in einer Herberge einkehrt, wo der Gaſtwirth ſchwerlich ein paar Eier um's Geld auftragen kann. Hier iſt der Gaſt nicht arm, ſondern kann nichts zu eſſen, auch um's Geld bekommen. Darum mag ein ſolcher gut zu Nacht eſſen, weil er ein ſo ſchlechtes Mittagsmahl zu ſich genommen.

So befreien denn vom Geſetze des Faſtens das Alter, die Arbeit, die Schwachheit und das Unvermögen. Aber hier muß man eine ernſtliche Prüfung vorhergehen laſſen; denn nicht ein jedes Alter, jede Arbeit, Schwachheit oder Unvermöglichkeit hebt die Pflicht des Faſtens auf. Daß ſchwer Arbeitende, Alte und Kränkliche den Tag über öfters als einmal Erquickung zu ſich nehmen, geht an; allen andern ſoll man das Lied, „Du ſollſt faſten," vorſingen. Es ſoll aber dieſes keinen Menſchen erſchrecken, Niemand halte die Enthaltſamkeit für etwas trauriges: „Selig ſeyd

Digitized by Google

ihr, die ihr jetzt Hunger leidet.“ So ermahnt uns Auguſtinus, daß wir fröhlichen Muthes das Faſten beginnen ſollen: „Haltet dieſes für keine geringe oder alberne Sache, Niemand, der nach Gewohnheit der Kirche faſtet, gebe der Verſuchung Raum: was thuſt du, wenn du faſteſt? du betrügſt deine Seele, da du ihr nicht gönnſt, nach was ſie verlangt, dich ſelbſt beſtrafeſt, dein eigener Henker und Peiniger wirſt. Gefällſt du deßhalb Gott, wenn du dich peinigeſt? Dann muß derjenige grauſam ſeyn, der an deinen Qualen Wohlgefallen findet. Antworte du dieſem Verſucher: Ich peinige mich ja deßhalb, damit Er ſchone; ich ſtrafe mich ſelbſt, damit Er helfe, damit ich vor ſeinen Auge wohlgefällig ſey, damit ich mich an ſeiner Lieblichkeit ergötze. Denn man martert auch ein Opferthier, um es auf den Altar legen zu können. So wird mein Fleiſch dem Geiſte weniger beſchwerlich ſeyn. Einem ſolchen üblen Bauchdiener, der dich abmahnen will, antworte: Wenn du auf einem Laſtthiere ſäßeſt, dich eines Pferdes bedienteſt, das dich leicht abwerfen und du Kopf und Hals brechen könnteſt, würdeſt du nicht aus Sicherheit dem muthwilligen Thiere etwas an Nahrung entziehen, und weil es mit dem Zügel nicht gelänge, durch Hunger es bändigen? Mein Körper iſt mein Laſtthier, meine Reiſe geht nach Jeruſalem; er reißt mir oft aus, und will mich von der rechten Straſſe abbringen; aber Chriſtus iſt mein Weg. Sollte ich mich nicht gerne beſtreben, durch Faſten auf demſelben mich zu erhalten? Wer das thut, iſt

weiſe, und er bewährt durch die That, mit welch großem Nutzen man faſten könne.“

II. Kapitel.

Zu welchem Zwecke man faſten ſoll.

Vor Zeiten war es Gottes Wille und Befehl, daß das Hebräiſche Volk in die Poſaunen blies, nicht nur, wenn man gegen den Feind zog, ſondern auch an hohen Feſttagen bei Gaſtmählern und fröhlichen Unterhaltungen: (Num 10. 9. sq.) „Rücket ihr in eurem Lande zum Kriege gegen eure Feinde aus, ſo laſſet die Poſaunen in ſchmetterndem Tone erſchallen. Und dann wird der Herr euer Gott euer eingedenk ſeyn, und euch von den Händen eurer Feinde erretten. Haltet ihr ein Freudenmahl, einen feierlichen Feſttag, oder den Eingang eines neuen Monats, ſo laſſet die Poſaunen bei euern Brand- und Friedopfern erſchallen, daß euer Andenken vor euerm Gott erneuert werde.“ Warum will denn Gott, daß man ſowohl zur Zeit des Krieges, als des Friedens und bei Mahlzeiten mit den Poſaunen blaſe? Eine ſolche Muſik ſchickte ſich ja beſſer für das Schlachtfeld, als für den Freudenſaal. Kriegsgeſchrei und Tiſchgeſang ſind ja ganz ungleiche Dinge.

Sie ſind es dennoch nicht; denn wenn man zur Tafel, zum Gaſtmahle, zu guter Speiſe geht, wird uns ein Kampf gegen die Gaumenluſt und Unmäßigkeit angekündigt, eben als redete man uns ſo an: Du

wirſt hier gewißlich deinen Feind finden, zeige dich als Mann, kämpfe und überwinde. Herrſche über deine Begierde, bezwinge deine Luſt, ſo haſt du überwunden. Auf dieſen Kampfplatz treten wir täglich zweimal; wie viele aber und gewichtige Männer werden in dieſem Kriege täglich auf erbärmliche Weiſe verwundet, überwunden, niedergemacht, umgebracht und fallen gar ſchändlich gemordet unter die Tafel hin! Ambroſius bemerkt hier ſehr gelehrt: „Da die Juden keinen andern Weinkeller hatten, als den Felſen, da ihr heller Malvaſier das klare Waſſer war, da das Manna die reiche Speiskammer und nur eine Speiſe ihre Nahrung war, gab es keinen Kranken unter ihnen, und ſie führten Krieg mit den mächtigſten Völkern. Sobald ſie anfingen Fleiſch zu eſſen, fielen ſie auch haufenweiſe dahin, alſo daß von ſo vielmal hundert tauſend Mann nur zwei in das geſegnete Land kamen. Durch Faſten und Mäßigkeit überwinden wir die hölliſchen Feinde, und erhalten ſo die Geſundheit des Leibes und der Seele. Wer aber vom Faſten befreit ſey, das haben wir im vorhergehenden Kapitel gezeigt. Jetzt fahren wir fort und erklären, wie man faſten ſoll. Das allererſte, was unſer Faſten bei Gott angenehm macht, iſt die gute Meinung. Davon ſoll in dieſem Kapitel die Rede ſeyn.“

§. 1.

Was bei allen Tugenden die Hauptſache iſt, das iſt es auch beim Faſten, nämlich die gute Abſicht

oder gute Meinung. Denn dieſe lehrt uns faſten und mäßig ſeyn, nicht um den Augen der Menſchen, ſondern Gott zu gefallen; indem wir mehr auf den Gehorſam der Kirche, auf unſer Seelenheil, auf die größere Belohnung im Himmel und die Ehre Gottes ſehen. Die Abſicht, die man beim Faſten hat, kann ganz verſchieden ſeyn. Die Theologen ſtellten dieß in dem ſchlechten Reime zuſammen:

Es faſt' der kranke, arme, geizige Mann,
Der Fraß und Heuchler, wie der Tugendſam'.

In dieſem Verſe haben wir alle Arten von Meinung beiſammen, die entweder böſe und dem Faſten ganz zuwider oder doch ſo ſind, daß ſie ſich mit dieſer Tugend nicht recht vertragen. Ich erkläre eines nach dem andern.

1. Es faſtet der Kranke, nur um ſeine Geſundheit wieder zu erhalten. Das iſt recht und löblich. Aber nur allein deßhalb ſich der Speiſe enthalten, um geſund zu werden, das iſt kein eigentliches Faſten, ſondern iſt mehr Mäßigkeit um der Geſundheit willen. Zu dem kirchlichen Faſten iſt dieſe Meinung, obwohl ſie gut iſt, allein nicht hinreichend. Doch wollen wir die Gewiſſen darum nicht beunruhigen, es genügt auch, wenn die gute Meinung nicht abſichtlich ausgeſchloſſen wird. Zum Beiſpiele: Wenn ich am Vorabende des Apoſtels Matthäus in mir die Symptome einer Krankheit wahrnehme, und denke: Heute Abends will ich weder Speiſe noch Trank zu mir nehmen, um der Krankheit zuvorzukommen, auſſerdem würde ich freilich

Digitized by Google

zu Nacht eſſen; ſo faſte ich nicht, weil ich die rechte Meinung ausſchließe. Aber beſſer iſt es, wenn ich am Vorabende des Apoſtels Matthäus alſo argumentire: Ich merke, daß mir nicht wohl iſt, darum will ich heute nicht zu Nacht eſſen. Und das kommt mich nicht hart an, weil ohnedem ein Faſtabend iſt. So thue ich mit einem Streiche zwei Schläge: Ich habe Acht auf meine Geſundheit, und weil ich ohnedieß gefaſtet hätte, widerſpreche ich dem Geſetze nicht.

2. Es faſtet der Arme, aber die Noth treibt ihn dazu, er hat nichts zu eſſen, ſonſt würde er ſich's wohl ſchmecken laſſen. Man kann aber auch einem ſolchen Menſchen leicht helfen, wenn er nur die Meinung ein klein wenig verbeſſert und ſpricht: Die Armuth ſtellt mir zwar einen leeren Tiſch dar, aber wenn ich auch reich wäre, ſo würde ich gleichwohl dieſen Faſtabend nicht zu Nacht eſſen. Das iſt ſehr gut und vortrefflich; denn ſo erhält das Faſten durch die Geduld einen höhern Werth. Das iſt eine glückliche Nothwendigkeit, die zu etwas Beſſern antreibt. So viel iſt an der rechten Meinung gelegen, von ihr hängt alles ab.

3. Es faſtet der Geizige aus Sparſamkeit und Geiz, um einige Batzen oder eine Kanne Wein zu erſparen, thut er dem Hunger und Durſte kein Genügen. Hier möchte ich mit dem Füchslein Aeſops ſagen: O des ſchönen Kopfes, wenn nur Verſtand darin wäre! O des guten Faſtens, wenn es nur an der rechten Mei-

nung nicht mangelte! Mancher ſteckt ſich in Schulden, um einen andern Gläubigen befriedigen zu können; er zerreißt ein neues Kleid, um das zerriſſene zu flicken. Das heißt ein Loch öffnen, um das andere zu verſtopfen. Das Faſten, wenn es in der aufrichtigen und rechten Meinung geübt wird, hält die Laſter und den Teufel ab, wenn es aber aus Geiz geſchieht, lacht der Teufel darüber. Es faſtet alſo der Kranke, Arme und Geizige, obgleich man ihr Faſten nicht allzeit gerade loben kann.

§. 2.

4. Es faſtet der Unmäßige, das iſt ja ein Widerſpruch. Mancher ißt ſehr ſpärlich zu Nacht, und warum? iſt er ja doch ſonſt kein Spatz bei der Tafel? Höre den Grund: Er hofft ſich morgen ein gar üppiges Gaſtmahl, darum ſpart er ſich ſeinen Hunger. Doch wollen wir auch dieß entſchuldigen, wenn er bei ſich ſelbſt ſo ſchließt: „Ich weiß es ſchon zum voraus, daß ich beim morgigen Gaſtmahle mehr Speiſe und Wein zu mir nehmen werde, als ich gewöhnlich zu thun pflege, darum will ich heute um ſo mäßiger ſeyn.“ Das wäre nicht unrecht und nicht übel gethan. Aber dieß macht einer gewiſſen Natton (den Namen will ich verſchweigen) wenig Ehre und gereicht ihr zur Schande, daß ſich darunter ſolche finden, die zwei oder drei Tage äußerſt mäßig eſſen, um bei der nächſten Tafel, wo es nichts koſtet, deſto mehr eſſen und trinken zu können. Da faſtet in Wahrheit der Fraß, und ißt

nur weniger, damit er hernach deſto weidlicher zuhauen könne. O ihr lächerlichen und thörichten Menſchen, wir warten auf das große und ewige Abendmahl droben im Himmel, heute oder morgen ſollen wir dahin gehen, warum verſchieben wir denn nicht auch den Hunger dorthin? Was ſind 70 oder 80 Jahre? ein kurzes, geringes Mittagsmahl? Hierauf folgt ein langes Nachtmahl, ein großes Abendmahl, ein ewiges Nachtmahl. Aber wir fehlen gemeiniglich in der Rechnung unſers Lebens, indem wir mit einer gar weitſchichtigen Hoffnung die Tage und Jahre zählen. Unſere Rechnung machen wir ſo: Ein Jahr, zwei Jahre, zwanzig Jahre, vierzig Jahre, ſiebenzig Jahre. Das iſt nach unſerer Meinung eine lange Zeit zu leben, eine große Anzahl von Jahren. O ihr einfältigen Kinder! was iſt lange zu nennen, das nicht ewig iſt? Unſer ganzes Leben iſt einer Linie vergleichbar. In der allergeringſten und beinahe unſichtbaren Linie ſind unzählig viele Punkte, wie die Mathematik lehrt, und es wird auch dieſelbe mit einem Punkte geſchloſſen. Der Punkt iſt beinahe gar nichts, auf den kleinſten Raum bringt man eine unzählige Menge, ſo wird auch unſer Leben, mag es auch noch ſo viele Jahre zählen, endlich mit einem Punkte geſchloſſen, und dieſer ſcheinbar große Zeitraum fließt zuſammen in den Augenblick einer Stunde, in einen kleinen Punkt. Was blähen wir uns ſo auf, was kümmern wir uns um fürſtliche und königliche Tafeln? Unſer ganzes Leben iſt ein kurzes Mittagsmahl;

Digitized by Google

darauf folgt das Nachtmahl, das groß iſt und nicht mehr endet. Doch weiter:

5. Es faſtet der Gleißner, wer eitle Ehre ſucht. Dieſen Fehler des Faſtens verwirft Chriſtus vor allen: (Mth. 6. 16.) „Wenn ihr faſtet, ſo ſtellt euch nicht wie die Gleißner.“ Hütet euch, daß ihr die Augen der Menſchen bei euerem Faſten nicht auf euch ziehet, um etwa angeſehen und gelobt zu werden. Hütet euch vor dieſer Peſt des Faſtens und aller Tugenden. Ein Heuchler faſtet wie ein Affe, damit man ihn nicht für ſchlechter als andere anſehe. Hinweg mit dieſem Affenfaſten, es iſt mangelhaft, unrecht und nichtig. Wer um der eitlen Ehre willen faſtet, der faſtet für die hölliſchen Geiſter Megära und Cerberus. Warum hat doch Chriſtus in der Wüſte gefaſtet? Ein ſolch' vorſichtiges Faſten war nicht ſo faſt dem Heilande nöthig, als es uns vielmehr zur Belehrung unh Nachahmung diente. Chriſtus wollte gleichſam damit ſagen: Wenn es möglich iſt, ſey nur die Einſamkeit Zeugin euers Faſtens. Hier bedarf es keiner Zuſeher noch menſchlicher Augen; genug iſt es, hinreichend genug, wenn es die Engel, wenn es Gott ſieht. Gott iſt lauter Auge; wenn Er einen Faſtenden anblickt, iſt es weit mehr, als wenn hundert tauſend Paar Augen ihn anſehen, Millionen Zeugen ihn lobten. Eine ſehr getreue, fromme Seele ſpricht alſo: „Mein Geliebter iſt mein und ich bin ſein.“ (Cant. 2. 16.) Ich ſehe auf Gott und Gott auf mich, ſo ſteht und geht es auf beiden Seiten ganz gut. Doch iſt es auch nicht

nothwendig, daß wir uns bei unſerm Faſten vor den menſchlichen Augen dergeſtalt verbergen, daß wir uns davor entſetzen ſollten wie vor Meduſens Schild, der alles in Weiu und Felſen verwandelte. Sie mögen uns faſten ſehen, aber preiſen ſollen ſie nicht uns, ſondern unſern Vater, der im Himmel iſt. Auf ſolche Weiſe wird uns der Affe der Heuchelei keine Schwierigkeit in den Weg legen.

§. 3.

Die Geſchichte der Altväter erzählt, es habe ein Jüngling einen alten Mönch in der Wüſte gefragt: „Lieber Vater, woher kommt es doch, daß mir das Faſten im Kloſter ſo leicht vorkam, jetzt aber je länger deſto ſchwieriger und unerträglicher ſcheint?“ Der Alte, der die menſchliche Eitelkeit und ihre Macht wohl kannte, ſprach: „Mein Sohn, da du vermeinteſt zu faſten, haſt du in Wahrheit nicht gefaſtet; denn du haſt heimlich gegeſſen.“ „Mit Nichten antwortete der Jüngling, lieber Vater, denkt doch nichts ſo Arges von mir.“ Der Alte antwortete wieder: „Die eitle Ehre iſt ein heimliches Futter, zwar lieblich, aber ſehr betrüglich und tödtlich; es macht aufgeblaſen und nicht heilig, und von dieſem haſt du genoſſen, da du noch im Kloſter dich aufhielteſt. Du hatteſt Zuſeher, darum haſt du leicht gefaſtet.“ Wenn dem Faſtenden Niemand mehr zuſieht, vergeht ihm die Luſt zu faſten. Das ſchalkhafte Faſten des gleißneriſchen Affen taugt nichts und iſt ſchädlich. Darum verabſcheute auch Gre-

gorius, Biſchof von Langres dieſes nachgeäffte Faſten mehr als einen Hund und eine Schlange, und obgleich es ſeine Gewohnheit war, Gerſtenbrod zu eſſen, um ſeine Gaumenluſt abzutödten, ſo ließ er doch, um ja allem Lobe und Beifalle der Strenge gegen ſich ſelbſt zu entgehen, für ſich Waizenbrod und für die Armen Gerſtenbrod backen. Er gebrauchte aber beim Austheilen die Liſt, daß die Waizenbrode den Armen zufielen, die Gerſtenbrode aber ihm blieben. Niemand wußte davon als nur der Bäcker. Eben dieſer Biſchof pflegte aus dem nämlichen Grunde in das Waſſer, das ſein gewöhnlicher Trank war, nur ſo viel Wein hineinzugießen, daß es nur die Farbe annahm, und ſonſt keinen weitern Geſchmack davon erhielt, ein gar unſchmackhaftes Getränk. Dieſer heilige Mann ſtarb im neunzigſten Jahre ſeines Alters, nach Chriſti Geburt 530, nachdem er drei und dreißig Jahre Biſchof geweſen war.

Ihm ſetze ich an die Seite Johannes Gottfried, Biſchof zu Bamberg und Würzburg, den wir noch im friſchen Andenken haben. Er ſtarb im Jahre 1622 auf einem Reichstage zu Regensburg, nachdem er einen glänzenden Triumph über jenes affenmäßige Faſten errungen. Er aß kein Fleiſch die ganze heilige Adventzeit hindurch. Die ganze 40tägige Faſten ließ er weder Fiſche, noch Fleiſch, noch eine andere Speiſe aus dem Thierreiche auf ſeine Tafel kommen, und begnügte ſich gemeiniglich nur mit Erbſen, Rüben und Kraut. Von ſeiner erſten Kindheit an faſtete er alle

Freitage und Samſtage dem leidenden Chriſtus und der göttlichen Mutter zu Ehren. Oeſters im Jahre nahm er einen ganzen Tag hindurch nichts als Brod und Waſſer zu ſich, es war ihm ſchon zum Geſetze geworden, am Charfreitage jederzeit nur einen kleinen Biſſen Brod und einen kleinen Trunk Waſſer zu ſich zu nehmen. Und dieß that er ſo viel als möglich im Geheimen. An den Vorabenden der Heiligen ſuchte er ſein Faſten ſo zu verbergen, daß er nach der Gewohnheit ſich zur Tafel ſetzte, als wollte er zur Nacht eſſen, heiter und fröhlich mit den Anweſenden ſich unterhielt, ein Stück vom Karpfen hinausnahm, es aber geſchwind, da man eben nicht darauf Acht hatte, dem Aufwärter wiedergab. Auf ſolche Weiſe faſtete er ganz vortrefflich, ohne bemerkt zu werden, es ſey denn, daß es Jemand gefliſſentlich darauf anlegte. Daher haßte auch dieſer Gottfried als ein Wunder der Keuſchheit wollüſtige Menſchen wie den böſen Feind ſelbſt, und duldete ſie nicht. Doch hievon handeln wir nicht. Es war ein beſonderer Kunſtgriff, wie dieſer Kirchenfürſt zugleich die Gaumenluſt und das nachäffende Faſten verachtete; er war nüchtern und nebſtbei beſcheiden. Das Auge Gottes galt ihm mehr als alle Menſchenaugen. Dieſes erzähle ich aus einer doppelten Leichenpredigt.

Es faſtet alſo der Kranke, der Arme, der Geizige, der Fraß und der Affe. Dieſes ſind aber größtentheils ſchlimme Zeichen des Faſtens. Es faſtet aber endlich auch der Tugendhafte, der zu einem heiligen

Digitized by Google

Zwecke, aus guter und rechter Meinung das Faſten anfängt und ſpricht: Alles zur größern Ehre Gottes, hiemit alſo auch dieſes. Man gedenke öfters jenes Ausſpruches des hl. Auguſtin: Den Teufel hat noch Niemand ohne Faſten überwunden. Dieſes beſtätigt auch Petrus Chryſologus: Wir wiſſen, daß das Faſten eine Burg Gottes iſt, ein Feldlager Chriſti, eine Mauer des Geiſtes, das Panier des Glaubens, die Fahne der Keuſchheit, das Siegeszeichen der Heiligkeit. Adam hielt es im Paradieſe, durch die Eßluſt ward er daraus vertrieben. Noe bewahrte es in der Arche, während die Trunkenheit die Welt erſäufte. Loth hat durch dasſelbe das Feuer zu Sodoma zurückgehalten, ließ ſich aber durch die Trunkenheit zur unnatürlicher Unzucht verleiten. Dieſes machte, daß Moyſes von göttlichem Glanze leuchtete, während das Zechen und die Trinkgelage das Iſraelitiſche Volk mit der Finſterniß des Götzendienſtes bedeckte. Dieſes führte den Elias zum Himmel, während die Trunkenheit den gottloſen Achab in die Hölle ſtürzte. Dieſes machte, daß Johannes der größte ward unter allen, die von Weibern geboren wurden, während die Trunkenheit den Herodes dem weiblichen Geſchlechte unterwarf, und zu einem Todſchläger machte. Der gibt die Hoffnung auf, je den böſen Feind zu überwinden, welcher des Faſtens hiezu ſich nicht bedienen will.

Der Vorwitz, ein eigener Fehler bei den Menſchen, beredet ſo mächtig zu dem, was er will, daß ein vorwitziger Menſch, nur um einen Menſchen, der

ihm entweder überaus werth oder ſehr berühmt iſt, zu ſehen, Wunderbares zu thun oder zu leiden bereit iſt. Wenn Jemand die Apoſtel, die Jünger Chriſti, ſonderlich Petrus und Paulus, die vier Lehrer aus der lateiniſchen und die vier aus der griechiſchen Kirche, alle Päpſte nach der Ordnung, alle römiſchen Kaiſer wie ſie in ihrem Leben waren, könnte zu ſehen bekommen, der würde gerne ein Monat oder ein ganzes Jahr faſten. Was ſollen wir thun, um Gott anzuſchauen, in welchem wir alle Menſchen ſehen werden, und was thun wir? Selig ſeyd ihr, die ihr jetzt hungerig ſeyd; denn ihr werdet geſättiget werden durch das allerlieblichſte unendliche Anſchauen der Ewigkeit.

III. Kapitel.

Wie man klug das Faſten beginnen ſoll.

Syrach, der weiſe Hebräer rechnet unter die Hauptbedürfniſſe des menſchlichen Lebens Brod und Waſſer: (Eccli. 29. 28.) Die Hauptſache des menſchlichen Lebens iſt Brod, Waſſer, Kleidung und ein Haus, das die Blöße bedeckt. Mit Faſten beginnt das menſchliche Leben, mit demſelben endet es; Brod und Waſſer machen den Tiſch der Faſtenden aus. Ein jedes Thier hat ſeine eigene Nahrung, der Ochs das Heu, das Pferd den Haber, der Hund das Bein, die Spinne das Gift. Weil der Menſch den größten Theil der Herrſchaft über die Thiere verloren, ja weil er ſich unter die Thiere gemiſcht, iſt er ihnen gleich

geworden, und mag nun mit Brod und Waſſer ſich begnügen. Die höhern Elemente, als Luft und Feuer, werden ihm keinen Unterhalt verſchaffen; er muß alſo zu den untern ſich wenden, ſo wird ihm die Erde das Brod und das Waſſer den Trunk geben. Alſo iſt die allerleichteſte Speiſe des Menſchen Brod und Waſſer. Das erſte Mahl iſt die Muttermilch, von dieſer kommt man zu etwas andern. Der Anfang iſt gering und hat mit dem Faſten ſehr viele Aehnlichkeit. Wir haben begonnen zu erörtern, wie man faſten ſoll. Die Hauptſachen dabei iſt die rechte Meinung. Jetzt wollen wir mehrere Beſtandtheile des Faſtens auseinanderſetzen und erklären, wie man in der Wirklichkeit faſten ſoll.

§. 1.

Das zweite Haupterforderniß des Faſtens beſteht darin, daß man den Tag über nur einmal eſſe und gewiſſer Speiſen ſich enthalte. Der Faſttag verbietet vor allem Fleiſch, und was zum Fleiſche gehört, alſo auch das Eingeweide der Thiere, Hammelfüße und Lunge, Kalbsköpfe, allerlei Vögel, und was unter dem Namen Fleiſch verſtanden wird. Otter wie auch Biber oder Pontiſchen Hundsſchweif, was bei vielen unter die Leckerbiſſen gehört, eſſen die Karthäuſer, weil ſie unter die Fiſche gerechnet werden. In Belgien giebt es Enten, die Blut und Beine haben, weil ſie aber kalten Geblütes ſind, zählt man ſie auch unter die Fiſche, und ſie mögen auch an Faſttagen auf den Tiſch kommen.

Du möchteſt fragen, ob Milch, Eier, Käſe auch an Faſttagen erlaubt ſeyen? Ich antworte darauf: Das iſt gewiß, daß ſolche Dinge vor Zeiten verboten geweſen ſeyen, weil ſie dem Fleiſche gar nahe kommen. Ferners werden bei den Ordensleuten Käſe und Eier nur den Kranken erlaubt. Dann ſind ſolche Speiſen anderwärts, in Frankreich, Spanien, Gallien, Polen und Italien zur Faſtenzeit verboten. Was ſoll man denn in Deutſchland thun, wirſt du fragen? Man ſoll ſich beſonders an die Gewohnheit halten, nach welcher man ſich an vielen Orten mit dem Faſten zu richten pflegt. Denn gleichwie der Spanier nicht eben gewiſſenhaft handelt, der wider die Gewohnheit Eier ißt, alſo ſündigt auch der Deutſche nicht, welcher im Eiereſſen der Gewohnheit folgt. Auguſtinus ſchreibt deßhalb an Caſulanus ausführlich: „Wenn du meine Meinung über dieſen Gegenſtand verlangeſt, und ich nachforſche und nachdenke, ſo finde ich in den Evangelien, allen Apoſtelſchriften und in dem ganzen Werke, welches man das neue Teſtament nennt, daß das Faſten geboten ſey.“ Hinſichtlich des Samſtagsfaſtens aber dünkt es mir das ſicherſte und beruhigendſte zu ſeyn, ſich an die Gewohnheit derjenigen, unter denen man lebt, zu halten. Und an Januarius ſagt er: „Was nicht wider den Glauben und die guten Sitten iſt und einen Antrieb zu einem vollkommenen Leben enthält, das verwerfen wir nicht, ſondern wollen demſelben durch Lob und Nachahmung gerne beiſtimmen.“ So iſt es denn das zweite Haupterfor-

Digitized by Google

derniß des Faſtens, daß man des Tages nur ein=mal eſſe.

Das dritte iſt, daß man das Faſten ein wenig empfinde. Gleichwie der Zweck des Faſtenden das Heil ſeiner Seele und die Ehre Gottes iſt, ſo iſt der Zweck des Faſtens, daß man es empfinde. Der Magen, der Kopf, der ganze Leib ſollen etwas Mangel und Hunger leiden; und was liegt daran, wenn dem Schlafe etwas entzogen wird? Es iſt lächerlich, wenn einer ſeinen Leib kaſteien, und nichts davon empfinden will. Das iſt wohl wahr, weil das Faſten ein Mittel und eine Arznei iſt, ſo liegt es nicht in der Abſicht der Kirche, durch dasſelbe der Geſundheit einen merklichen Schaden zuzufügen. Nichts deſto weniger wie eine Arznei nicht lieblich, ſondern heilſam zu ſeyn pflegt, und ohne daß man Unannehmlichkeit empfinde, nichts hilft: wer die Bitterkeit der Arznei nicht fühlen will, der will nicht geſund werden; ebenſo haßt der jede Arznei, welcher dem Faſten abhold iſt. Dieſe beiden Stücke ſtimmen auch nicht wohl zuſammen, faſten wollen und doch alle Unbequemlichkeit desſelben fliehen. Ambroſins fragt in ſatyriſcher Weiſe: „Wie ſollte der faſten, der nicht hungert, wie ſollte der faſten, den nicht dürſtet?“ Sehet mir doch dieſen Mann an, der ein Koch ſeyn will, und er kann nicht vor dem Feuer ſtehen. Sehet mir doch dieſen Müller an, der das Staubmehl nicht leiden kann. Und wo iſt ein Rothgerber, der ſich weigern dürfte, im Naſſen zu arbeiten? Welcher Schiffmann zürnt über das Waſ=

Digitized by Google

ſer und über den Wind? Welcher Bauersmann mag Hitze und Froſt nicht leiden? Welcher Kaufmann verkauft alles um baares Geld. Welcher Bäcker oder Zuckerbäcker wird zu bereden ſeyn, daß er die Kohlen abſchaffe? Ebenſo, wo iſt ein Faſtender, der den Hunger nicht leiden wollte? Fürwahr der hebräiſche Prophet und König redet anders: (Pſ. 108.) „Meine Kniee ſind ſchwach vom Faſten, und mein Körper wegen Mangel des Fettes ausgezehrt.“ Alſo faſte ich, daß ich es empfinde, alſo wache ich, daß mir mehr Oel auf das nächtliche Gebet, als auf Gaſtereien übrig bleibt. Mein Fleiſch iſt dergeſtalt durch Faſten und Wachen abgemattet, daß ich alles Fett meines Angeſichtes und alles ſaftige Fleiſch verloren; meine leeren und herabhängenden Backen ſind bleich; die Augenhöhlen ſtehen traurig da, der liebliche Mund iſt vertrocknet, mein Fleiſch iſt verändert.

§. 2.

Chriſtus ſelbſt hat das Faſten empfinden wollen: (Mth. 4, 25.) „Denn als er vierzig Tage und vierzig Nächte gefaſtet, hungerte ihn.“ Zwar hätte der Heiland den letzten Tag eben ſo leicht den Hunger nicht fühlen können, als den dritten, ſiebenten und zwanzigſten, aber er wollte hungern, was eine Eigenheit des Faſtens iſt.

Dieſe Beiſpiele des Herrn ſollen uns lehren, daß wir nicht leicht, noch ohne gewichtige Urſache die Diſpenſe von der Beobachtung des Faſtengebotes begehren

ſollten. Man findet laue Chriſten, die eine Ausnahme vom Geſetze nicht ſo faſt nachſuchen, als vielmehr ſie erzwingen. Auf ſie könnte man die Worte des Pſalmiſten anwenden: (Pſ. 72, 5.) „Sie leiden nicht, was andere Menſchen leiden. Sie werden nicht wie andere Menſchen gezüchtigt, deßhalb ſind ſie bedeckt mit Unrecht und Gottloſigkeit.“ Faſten iſt gleichſam ein Tribut oder eine Steuer, die Jedermann zahlen muß. Darum ſagt Bernhard: „Sie wollen mit den Menſchen ſündigen, aber nicht gezüchtiget werden mit den Menſcheu.“ Darnm iſt zu beſorgen, ſie möchten mit den Teufeln gezüchtiget werden. Wir ſind beinahe das ganze Jahr hindurch muntere Geſellen im Sündigen, warum aber nicht auch in der Buſſe? Biſt du dem Irrenden nachgefolgt, ſagt Ambroſius, ſo folge ihm auch in der Buſſe nach. Wer in dieſem Leben der Strafe entgeht, wird im hölliſchen Feuer gepeiniget werden.

Wenn du alſo um Diſpenſation nachſuchen willſt, (was im Allgemeinen für alle Fälle gilt) ſo ſtelle dich vor Chriſtus den Richter ſelbſt, und berathſchlage dich mit deinem eigenen Gewiſſen, ob die Sache billig und recht ſey, und ob die Noth dich zwinge, eine Ausnahme vom Geſetze zu fordern. So handelſt du redlich. Wenn aber eine ſolche Prüfung nicht vorhergeht, ſo wird es dem Gewiſſen wenig helfen, wenu du gleich ſagen kannſt: Doktor nnd Beichtvater haben mich vom Faſten freigeſprochen. Das iſt oft ein blauer Dunſt, um damit ſeine Nachläßigkeit und zu große

Bequemlichkeit zu bedecken. Dieſe beiden Richter werden, wenn eine Klage geſtellt wird, ſo urtheilen: Iſt die Klage gegründet, ſo geſchehe, was begehrt worden; iſt ſie es nicht, ſo hat weder der Doktor noch der Beichtvater gefehlt, ſondern der, welcher eine ſo falſche Klage erſonnen hat. Wiſſe, lieber Chriſt, Chriſtus der oberſte Richter wird an jenem großen Tage des letzten Gerichtes nicht nach deinem Wahne und deiner Einbildung, ſondern nach der Wahrheit richten. Jene drei Verächter des himmliſchen Gaſtmahls brauchten kahle Entſchuldigungen, als ſie zur Hochzeit berufen wurden. (Luc. 14. 18.) „Der erſte ſagt: Ich habe einen Acker gekauft, und muß hinausgehen ihn zu beſehen, ich bitte dich, entſchuldige mich. Der andere: Ich habe fünf Joch Ochſen gekauft, und muß hingehen ſie zu prüfen. Der dritte: Ich habe ein Weib genommen, darum kann ich nicht kommen.“ Eine ſchöne aber nicht hinreichende Entſchuldigung. Die guten Leute nahmen da die Noth zum Vorwande, wo doch keine war. Darum muß man vorſichtig zu Werke gehen; denn falſche Beweiſe ſprechen nicht vom Geſetze frei.

§. 3.

Viertens: An Faſttagen ſoll das Mittagsmahl nicht gar zu üppig ſeyn. Der honigfließende Bernhard beweint die Mißbräuche ſeiner Zeit alſo: Mittlerweile ſetzt man die Speiſen nacheinander auf, und ſtatt des Fleiſches, deſſen man ſich enthält, werden große Stücke von Fiſchen aufgetiſcht. Und wenn du dich bei der

Digitized by Google

erſten Speiſe ſchon geſättiget, wird es dir doch bei der zweiten vorkommen, als ob du noch gar keinen Fiſch geſchmeckt, weil alles von den Köchen mit ſolcher Sorgfalt und Kunſt zubereitet wird, daß nach dem Genuße von vier oder fünf Speiſen die erſte den letztern keinen Eintrag thut, und die Ueberfüllung die Luſt nicht benimmt. Denn indem der Gaumen durch anmuthige Würzereien verführt wird, entwöhnt er ſich allmälig der bekannten Speiſen, und wird zu fremden Brühen, als wäre er noch nüchtern, begierig gereizt. Der Bauch zwar wird beſchwert, ohne daß er es ſelbſt merkt, weil die Verſchiedenartigkeit den Eckel benimmt. Denn die Speiſen, wie ſie die Natur geſchaffen, wollen uns nicht zuſagen, es wird eines mit dem andern auf die verſchiedenartigſte Weiſe vermengt, und der natürliche Geſchmack, den Gott einem jeden Dinge angeboren, durch fremden Geſchmack verändert, um dadurch unſerer Sinnlichkeit im Eſſen nachzuhelfen; und ſo überſchreitet man das nothwendige Maaß, ohne ſeine Luſt zu befriedigen. — Denn wer könnte genugſam beſchreiben, auf wie mancherlei Art die Eier, um anderes zu übergehen, getrieben und geplagt werden; mit welch großem Fleiße ſie zerſchlagen, geſtürzt, weich oder hart geſotten und gerührt werden; bald gebacken, bald gebraten, bald gefüllt, bald durcheinader, bald einzeln auf den Tiſch kommen? Und wozu dieſes alles, als nur um dem Eckel zu begegnen? Wie beſorgt iſt man ferners auch, daß auch das Ausſehen einer jeden Speiſe ſo einladend ſey, daß der Anblick nicht weniger

als der Geſchmack beluſtige, daß, obſchon der Magen genugſam anzeigt, daß er überladen ſey, die Leckerhaftigkeit dennoch nicht genug bekommen kann. Indem aber die Augen durch Farben, der Gaumen durch allerlei Geſchmack gereizt werden, wird der unglückliche Magen, dem doch die Farben nicht ſcheinen, und der Geſchmack nicht zukommt, weil er alles gut ſeyn laſſen und annehmen muß, ganz überladen und mehr überſchüttet als erquickt.

Bernhardus äußert ſich hier ſehr ungehalten, nicht über das, was ſich für den Stand geziemt, ſondern über die Zubereitung und den Uebermuth beim Eſſen. Einmal ſoll man nur eſſen, aber auch nicht zu köſtlich oder überflüßig. Denn die bei einem einzigen Mahle ſo viel zu ſich nehmen, daß drei Vitelius daran genug hätten, die thun vielleicht dem Gebote ein Genüge, weil ſie nur einmal eſſen; ſie berühren aber den Zweck desſelben gar nicht, weil ſie das Faſten gar nicht empfinden. Auguſtinus macht hier die nützliche Bemerkung: „Wenn wir es ſo machen, liebe Brüder, wie können wir da für die geſchlagenen Wunden Arznei erlangen?“ Laſſet uns an Faſttagen unſer Mittagseſſen den Armen austheilen, damit nicht etwa Jemand ſich damit ein gutes Nachtmahl verſchaffe, ſo daß das Uebermaaß an Speiſe dem Leibe nicht ſo faſt entzogen, als vielmehr verſpart ſcheine. Was nützt es den ganzen Tag über zu faſten, wenn die Seele am Abende durch die Menge und Güte der Speiſen in Unthätigkeit verſetzt wird? Uebermaaß macht den

Geiſt träge, und wenn das Erdreich unſers Leibes ſo üppig wird, fängt es an, die Dornen der Geilheit zu tragen. Darum ſoll die Speiſe mäßig ſeyn, und der Bauch nimmer überfüllt werden, ſo daß wir immer mehr an die Speiſe des Herzens, als an die Speiſe der Seele denken.

§. 4.

Was ſollen wir ferners von denen ſagen, die bis 9 oder 10 Uhr ſchlafen, um das Faſten deſto weniger zu empfinden, bis ſie ſich ankleiden, hin und herwenden, kämen und putzen, wartet das Eſſen auf ſie. Gar ein ſtrenges Faſten! Gott läßt ſeiner nicht ſpotten, läßt ſich nicht betrügen; Gott ſoll man nicht auf ſo ſchlechte Weiſe um den Gottespfenning bringen, wie oben geſagt wurde. Der König David that dieſes aus ganz reinem Herzen: (II. Reg. 12. 16.) „Er bat den Herrn für ſein Söhnlein, faſtete, hielt ſich einſam und lag auf dem Boden.“ Es gibt einige, die faſten nicht, ob ſie ſchon faſten, gleichwie manche mit ſehenden Augen nicht ſehen, und mit hörenden Ohren nicht hören. Ihr Faſten würden andere Leute für eine herrliche Oſtermahlzeit halten. Darum ſollen wir an einem Faſttage, wenn wir zu Mittag ſpeiſen, nicht vergeſſen, daß ein Faſttag ſey, der zu Abend nichts, und Mittags ein ſpärliches Mahl erfordere. Dieſes beſtätigt Athanaſius deutlich und klar. Zum Faſten wird nicht nur erfordert, daß man langſam eſſe, ſondern auch, daß man wenig eſſe, ſo wie die

Digitized by Google

Uebung der Religioſen nicht darin beſteht, daß nur zwei zu Tiſche ſitzen, ſondern daß dieſelben nicht vielerlei Speiſen eſſen. So mäßige dein Mittagsmahl, und laß' das Abendeſſen fahren.

Der hochwürdigſte Cardinal Robertus Bellarmin zieht uns hier alſo an dem verſtopften Ohre: Was befiehlt uns die Kirche? Das Faſten der 40 Tage, der vier Zeiten und Vigilien. Wenn man dieſes halten will, wie es vorgeſchrieben iſt, ſo iſt Geduld erforderlich. Denn wenn Jemand an Faſttageu wollte delikate Biſſen ſuchen, Mittags oder Abends allein ſo viele Speiſe zu ſich nehmen, als er ſonſt auf zweimal zu thun pflegte, oder wenn er eine Stunde warten, und dann eine ſolch' tüchtige Portion zu Leibe nehmen würde, daß man es wohl ein Abendeſſen nennen dürfte; ein ſolcher würde fürwahr nicht leicht Hunger leiden noch durſtig werden, und der Geduld nicht bedürfen. Wenn er ſich aber ernſtlich vornimmt, vor der beſtimmten Stunde nichts zu ſich zu nehmen, es triebe ihn denn Krankheit oder eine andere Nothwendigkeit dazu, nur gemeine und ſchlichte Speiſen, die ſich für die Buße ſchicken, und zwar in einem ſolchen Maaße zu genießen, daß es dennoch bei der einmaligen und ordentlichen Mahlzeit verbliebe; was er ſich an Faſttagen Abbruch thue, den Armen zu geben, ſo daß nach der Meinung des hl. Leo die Enthaltſamkeit des Faſtenden eine Erquickung des Armen iſt, und wie er an einem andern Orte erinnert, daß wir ein wenig Hunger leiden, und unſerer gewöhnlichen Mahl-

Digitized by Google

zeit etwas abbrechen, um damit den dürftigen Armen zu helfen; und endlich, wenn das kleine Nachtmahl, daß ſonſt ihrer viele zu genießen pflegen, wirklich ein kleines Mahl iſt, alsdann wird ohne Zweifel Geduld nöthig ſeyn, um Hunger und Durſt zu leiden. So werden wir wenigſtens einigermaſſen durch Faſten die Geduld Chriſti nachahmen.

§. 5.

Fünftens: Vor dem Mittags- oder Abendmahle ſoll man nichts zu ſich nehmen. Lieber Leſer, geſtatte, daß wir hier auch ganz geringe Sachen erörtern. Das Mittagsmahl an einem Faſttage wird nach Gewohnheit der alten Kirche ein Abendmahl genannt (coena); denn das Gebet um Mittag lautet: „Der König der ewigen Herrlichkeit wolle uns zu dem Nachtmahle des ewigen Lebens führen und begleiten.“ Denn vor Zeiten aß man an Faſttagen nur zu Abend, weil der Herr Jeſus um dieſe Stunde vom Kreuze genommen, und in’s Grab gelegt wurde. Darum unterließ man das Mittagsmahl gänzlich und aß nur zu Nacht. Auguſtinus ſagt, dieſer uralte Gebrauch ſey allenthalben verbreitet geweſen. Von dieſem Abendeſſen kam man bis auf die dritte Stunde Nachmittags unſerer Rechnung nach, welche nach der alten Zeitbeſtimmung die neunte iſt, in welcher Chriſtus ſeinen Geiſt am Kreuze aufgegeben. Dieſe Gewohnheit, daß man um 3 Uhr Nachmittags zu Nacht eſſe, war noch üblich im Jahre 1270, zur Zeit des hl. Thomas von Aquino, der alſo

Digitized by Google

davon ſchreibt: „Daß die Faſtenden um 9 Uhr (bei uns um 3 Uhr) Speiſe zu ſich nehmen, iſt nicht ohne Urſache verordnet.“ Alſo hat man anfänglich an einem Faſttage zu Abend gegeſſen und zu Mittag nichts. Darnach hat man dasſelbe Nachtmahl auf 3 Uhr Nachmittags wandern laſſen. Endlich iſt dieſe einzige Mahlzeit an einem Faſttage auf 11 Mittags verlegt worden; doch alſo, daß man dafürhält, dem Gebote geſchehe Gewalt an, wenn man ohne Urſache um ein bedeutendes früher dieſes Mahl einnehmen ſollte. Später dieß zu thun, iſt nicht verboten. Navarrus zählt es unter die ſchweren Vergehen, wenn man der zum Eſſen beſtimmten Zeit um eine oder mehrere Stunden ohne Urſache zuvorkömmt. Wir wollen es unter die geringern rechnen. Denn die Hauptbedingung beim Faſten iſt immer die, daß man des Fleiſches ſich enthalte, und des Tages nur einmal ſich ſättige. Daß es um ein wenig früher geſchehe, benimmt der Hauptſache nichts. Und wer etwas früher zu Nacht ißt, der mag hernach etwas länger warten und deſto geſchwinder wieder hungern. Wenn man aber Gäſte oder eine Reiſe vor ſich hätte, iſt es erlaubt, das Abendeſſen früher zu halten. Im Uebrigen iſt das allerbeßte, daß man bei der Gewohnheit bleibe.

Zum Schluſſe ſetze ich dieſem Kapitel die Krone auf mit den Worten des Climacus, der das Faſten wahrhaftig für eine Arznei aller Arzneien hält, wenn er ſagt: „Faſten iſt die Geſundheit des Leibes, die

Digitized by Google

Thüre der Zerknirſchung, die Verwahrerin des Geiſtes, der Eingang ins Paradies.“

IV. Kapitel.

Welche Erquickung man an den Abenden der Faſttage nehmen ſoll.

Ich werde mich nicht irren, wenn ich ſage: So viele Heilige, ſo viele Spiegel des Faſtens. Unter ihnen haben nicht wenige ganze Tage, zwei und drei Tage, und wohl noch länger ſich aller Speiſe enthalten. Paulus von Tarſus hat den chriſtlichen Glauben nach einem dreitägigen Faſten angenommen. Wollen wir aber jenen großen Mann, der ſo ſinnig faſtete, ihrer Zahl nicht auch beifügen? So ſehet und vernehmet ein ganz vorzügliches Muſter des Faſtens, das ich euch vorlege. Ich kenne einen vornehmen Mann, ſagt der berühmte Schriftſteller Hippolytus Guarinoni, der mehrere Jahre nicht eher vom Bette aufzuſtehen und ſich anzukleiden pflegte, bis er nicht den hellen Morgen durch die Fenſter ſah, der die engen Ritzen mit ſeinem Lichte weiter machte, bis die Sonnenuhr ſchon auf die dritte Linie (d. i. die neunte Stunde Vormittags) zeigte, und faſt alles Vieh den Schatten ſuchte. Er ſchnarchte fort, um den ſtarken Herrn-Wein auszuſchlafen und zu verdämpfen, und durch den Schlaf den Rauſch zu vertreiben. Dieſer vornehme Mann konnte aus ſeiner Schlafkammer mit einem Perſpektive ſeine ſchlaftrunkenen Augen bis in den Speiſeſaal ſchießen

laſſen, um deutlich zu ſehen, ob ſeiner, wenn er aus dem Federngrabe aufſtehe, ein Mahl warte. Damit aber dieſer wachſame Hausvater keine einzige Stunde unbenützt vorüberſtreichen ließe, mußte man ihm die Kleider und Schuhe auf folgende Weiſe anziehen: Da ſtund eine ſilberne Flaſche von friſchen noch ſchäumenden Falerner-Weine, und wartete auf ihres Herrn erſtes Aufwachen; darneben lag ein feines Brod, noch warm vom Ofen her, dem Herrn Schlund zum Dienſt. Man möchte meinen, er wäre auf der Inſel Candia geboren, wo die Einwohner alle Tage Morgens früh mit dem geröſteten Brode und dem beßten Malvaſier ſich erfriſchen, und ſo ihr Leben zu verlängern glauben. Sobald nun der Herr den noch halb ſchlafenden Fuß aus den Federn hervorthat, mußte der Diener da ſeyn, der ihm dieſe köſtliche Labung darreichte, wenn ſchon Mund und Augen noch voll Schlaf waren. Und ſo oft der andere Diener einen Strumpf oder Schuh ihm angezogen, ſo oft reichte der Mundſchenk ihm einen Biſſen ſchneeweißen Brodes in Malvaſier getaucht. So ging dieſer vornehme Mann ſehr ſparſam mit der Zeit um, daß er zugleich und in einer Arbeit in die Kleider und Schuhe kam, gekämmt und geputzt ward, frühſtückte und zu Mittag aß. Denn wenn er ſo angezogen war, die tägliche Flaſche ausgeleert, und allen Durſt mit den Zügen eines Apicius (eines verſchrieenen Schlemmers) gelöſcht, ging er ſchnellen Fußes in die warme Stube, um ſich niederzuſetzen, und wie dieß täglich der Fall war, das ganz

herrliche Mittagsmahl einzunehmen. Dieſer Mann, ein zweiter Apicius, war jung, ſtark und reich, man hätte glauben können, er werde das Alter eines Metho erreichen: aber o Elend! durch ſein ſchwelgeriſches Leben bezweckte er dieß, daß er nur gar kurze Zeit lebte und vielleicht auf ewig ſtarb. Denn er ſtarb vor der Zeit. Doch kann man nicht ſagen, daß ihn der Tod dahingeriſſen habe, ſondern zwei andere Geiſter, Freſſen und Saufen, denen er ſo andächtig opferte, haben ihn in die Grube geſtürzt; er hätte noch viele Jahre leben können, wenn er ſein Leben weniger geliebt, ſeinem Schlund weniger gedient hätte.

Dieſem gebe ich einen Gefährten: Bei der (coena Saliaris) erſten Mahlzeit des Papſtes (ſagt erwähnter Guarinonius) war nebſt vielen andern in größerer Anzahl als M. Varro bei Gaſtmählern ſie haben will, nämlich nach der Zahl der 9 Künſten eine fürſtliche Perſon. — Ein Rathsherr mit dem breiten Band aus des Galenus Hofſtatt, der vieles über das Eſſen zu erzählen wußte, wie es einem Arzte nicht übel anſteht, begann das Geſpräch von der Mäßigkeit, ſo wie vom Mangel an Speiſe und Trank, wie man ſein Leben durch ein geringes Nachtmahl verlängern könnte, ganz gelehrt und zierlich zu führen. Ja, ſprach jener vornehme Gaſt, behaupteſt du dieſes im Ernſt? Im Ernſt, antwortete der Arzt, geehrter Herr, ſage ich dieſes, und in Wahrheit. Wenn dem alſo iſt, fuhr jener fort, ſo frage ich dich, was hältſt du von mir? Du ſiehſt dieſe grauen Haare und das hohe Alter, das

Digitized by Google

ſich zum Grabe neiget, da ich nun bereits volle 50 Jahre in dieſer Welt lebte. Nun ſag' an, wenn ich, wie du im Ernſte und aus voller Ueberzeugung dafür= hältſt, mein Nachteſſen abkürzte, wirſt du mir dann ein längeres Leben verſprechen? Das verſpreche ich, ſagte der Arzt, und ſetze mich ſelbſt guten Muthes für die Natur zum Bürgen. Nun wohl, ſprach der Alte, ich nehme dich an zum Bürgen. Damit wir aber den Handel recht abmachen, wie viele Jahre ver= ſprichſt du mir, wenn ich täglich meinem Schlund ſo großes Unrecht thue? Denn um etlicher Jahre willen will ich mir nicht wehe thun und ſolche Gewalt gegen mich anwenden. Darauf brachte er ſeinem Nachbarn das große, kryſtallene Glas und trank es ganz aus. Da ihn der Arzt noch ſo ſtark ſah, ſprach er, zehn Jahre verheiſſe ich deinem noch ſo friſchen Alter, wenn es ſich nur zähmen laſſen will, weniger zu eſſen, ſpär= licher zu trinken und aufzuhören bevor man ſatt wird und ſchnell von der Tafel aufzuſtehen. Darauf ant= wortete dieſer gute Bitias und Zechbruder: Sollte ich um zehn Jahre willen an ein ſo gewaltſames Geſetz im Eſſen mich binden laſſen? Geh' mit deinem Ver= ſprechen: Ich mache keinen Accord. Wie? nur zehn Jahre ſollte ich mein Leben verlängern, und alle Tage mir ſelber ſterben? Es iſt beſſer, alle Tage zu leben und den Tod nicht zu fürchten, er komme ſpäter oder früher. Iſt es nicht mehr, denn um zehn Jährlein zu thun, ſo ſchenkt nur rund ein. Dieß hörte der Tod und ſagte ja dazu, ließ ihm bald einen Trunk einſchen=

Digitized by Google

ken in welchen der Tod ſelbſt zuvor geblaſen hatte. Dieſe Männer haben die beſte Zeit ihres Lebens nicht mit Mäſſigkeit und Faſten, ſondern mit Unmäſſigkeit und Wollüſten verderbt. Das alte Verslein bleibt noch bis auf den heutigen Tag wahr:

Uebermaaß in Speis und Trank,
Macht gar viele Leute krank:
Wenig eſſen und ſuppiren,
Wird oft ganz allein kuriren.

Mancher lobt das goldene Waſſer des Lebens, ein anderer rühmt den Bezoar-Stein über alles; ein anderer macht ein Lobgedicht auf das trinkbare Gold; ich ſage offen, das Faſten ſey die alleredelſte Arznei unter allen. Wir haben nun darzulegen begonnen, welches die Art und Weiſe der Mäſſigkeit ſey, wie man faſten ſoll. Zu den oben erklärten fünf Punkten fügen wir nun noch den ſechsten bei: Der Faſttag geſtattet am Abend nur eine geringe Mahlzeit. Und was hiebei zu beobachten iſt, davon ſoll nun die Rede ſeyn.

§. 1.

Es möchte Jemand fragen: Mit welchem Rechte man an einem Faſttage eine kleine Mahlzeit, ſonſt Collation genannt, Abends gewöhnlich zu ſich nehme? Das Geſetz ertheilt hier keine Begünſtigung; das gemeine Recht erlaubt es. Denn darin beſteht das Weſen beim Faſten, nur einmal des Tages etwas eſſen. Was werden wir demnach für alte Gewohnheiten, welche

Rechte vorbringen? Wir geſtehen und läugnen nicht, daß wir kein Zeugniß, kein Geſetz, keine Siegel und Briefe, noch uralte Gebräuche haben, ſondern nur eine nicht gar alte, nunmehr ganz allgemein gewordene Gewohnheit.

So ſoll denn in dieſem Abſchnitt zuerſt die Rede ſeyn: daß man an einem Faſttage Abends Collation halte, iſt erlaubt und nicht verboten.

Zweitens: Auch dieſes iſt erlaubt, daß man ſeinen Trunk zu ſich nehme; keiner der Theologen widerſpricht dieſes.

Es wäre gar zu ſtrenge, wenn man bei dieſer Abendmahlzeit gar alles Nahrhafte verbieten wollte: das Gewiſſen ſoll ſich hier vor keiner Uebertretung des Geſetzes fürchten. Wenn die Ordensleute hierin etwas ſtrenger leben, ſo loben wir ſie darum, und laſſen ihnen ihr Recht. Allen andern Leuten iſt Brod und ein zuſagendes Getränk an ſolchen Abenden erlaubt. Aber du möchteſt fragen, wie viel Brot und wie viel Getränk?

Drittens: Hier kann gewiß nicht wohl etwas Beſtimmtes vorgeſchrieben werden. Alle Theologen weiſen hier auf die an jedem Orte gewöhnliche Sitte hin. An manchem Ort beſteht eine ſolche Collation in einem Zweiheller-Brod; wieder anderswo pflegt man bald mehr, bald weniger zu erlauben. Soll ſie im Gewicht beſtimmt werden, ſo meine ich ein Brod von 3 oder 4 Loth, das gemeiniglich einen Kreuzer koſtet, durfte man wohl verzehren. Und dieß genügt, wie ich glaube,

Digitized by Google

für dieſen Fall. Freilich, wenn einer einen Bauch wie Monta hätte, und ein ſonderlicher Fraß wäre, ſo müßte man ihm etwas nachgeben und die Lothe vermehren. Welches Maaß beſtimmen wir nun im Trank? Wir ſollen nicht vergeſſen, daß ein Faſttag und kein Zechtag iſt. Die Vernunft ſelbſt gebietet, daß man nicht mehr trinken ſoll, als das Brod erfordere. Aber ich muß, ſagſt du, zu meinen Brod viel Feuchtigkeit haben. Warte nur ein klein wenig: dieſes Trinken der Schlemmer und nicht der Faſtenden, werden wir unten berühren.

Viertens: Zu dieſer mäſſigen Mahlzeit kann man etwas Confekt oder Obſt nehmen: einen Apfel oder Birne, Nüſſe, etwas Kräuter oder Salat. Aber ſolches alles nicht miteinander, ſondern einzeln eines oder das andere. Denn ſonſt würde nicht eine Collation ſondern eine völlige Mahlzeit daraus werden, wodurch weder der Mäſſigkeit, noch der Geſundheit noch dem Faſten ſein Recht widerführe. Einen kleinen Fiſch in Eſſig und Oel zubereitet, wollen wir nicht verbieten.

Fünftens: Ausgeſchloſſen werden aber die Suppen Kuchen, größere Fiſche, ob ſie gleich kalt ſind, und andere ſolche Speiſen. Um aber Niemanden weder für die Verletzung ſeines Gewiſſens, noch ſeiner Geſundheit beſorgt zu machen, fügen wir fürwahr aus größter Nachſicht bei: Wenn einer einen ſchlechten und aufſtoſſenden Magen hätte, dem es ſchwer fiele, das trockne Brod zu genießen, einem ſolchen geſtatten wir, daß er ſich aus dem Brod oder Trank, den er zu ſich nehmen

wollte, eine Suppe oder Brühe mache. Was warm iſt, ſagt dem Magen beſſer zu, wenn man nur das oben beſtimmte Maaß nicht überſchreitet. Daß dieſe Collation warm, dadurch ſoll das Faſten nicht in ſeiner Kraft und Wirkung beeinträchtiget werden. Dieſes iſt einem blöden Magen erlaubt: die andern ſollen bei der Gewohnheit bleiben.

§. 2.

Lieber Leſer, hier wollen wir etwas einſchalten. Wenn von Confekten, das bei gedachten Mahlzeiten aufgetiſcht zu werden pflegt, die Rede ſeyn ſoll, will ich mit Auguſtinus ſagen: da ihr hierüber meine Meinung begehret, will ich euch dieſelbe ganz aufrichtig und freimüthig entdecken. Alles Naſchwerk, Blätter oder ſpaniſches Brod, Honigküchlein, Fladen, Zucker-Erbſen, Mandeln, Feigen, Cubeben, Johannes-Brod, Roſinnen und was man ſonſt mehr auf den Nachtiſch zu ſetzen pflegt, allerlei einladendes Zuckerwerk, gehört nur für Kinder und iſt ungeſund, ein ſüßer Betrug, eine angenehme Tyranei des Gaumens, aber der Geſundheit ſchädlich. Die Sache iſt aus den Schulen der Aerzte bekannt: Zucker iſt für die Zähne Gift, vermehrt die Galle, entzündet die Leber, bringt dem Magen nicht geringen Schaden. Alles was ſüß iſt, iſt dem Magen nachtheilig, eine bei den Aerzten allgemeine Regel. Ein ſehr gelehrter und erfahrner Arzt, deſſen Schriften ich nicht einzeln, ſondern durchaus als hochgelehrt nnd in großen Ehren halte, und Jeder-

Digitized by Google

mann mittheilen will, ſchreibt über das Naſchwerk alſo: Alles Naſchwerk iſt dem Magen ſchädlich, bringt ihm ganz gewiß Nachtheil, befördert den Uebermuth des Gaumens und der Geilheit. Einem geſunden und ſtarken Magen iſt ohnehin nicht darum; ein blöder Magen nimmt es aber nur mit Schaden und verſchiedenen üblen Folgen, deren Urſache oft nicht erklärt werden kann. Es macht einen guten Magen ſchlecht und einen ſchlechten nicht gut. Willſt du wiſſen, woran ein guter Magen zu erkennen ſey? Ihm ſchmeckt und bekommt wohl einfache und ſtarke Koſt, leicht geſottenes Rindfleiſch, Rindsfüſſe in Eſſig und Zwiebeln, geſalzenes Fleiſch, Hausbrod, Das ſind ſeine Leckerbiſſen, Zucker und Honig und all jenes ſüße Zeug iſt ihm zuwider; er ſucht etwas kernhaftes und kräftiges: dieß iſt das Kennzeichen. Ein ſchlechter und blöder Magen greift nach dem was der Sinnlichkeit und natürlichen Neigung zuſagt, liebt was weich und ſüß iſt und wählt gemeiniglich was ihm ſchädlich iſt. Cucummern, Schwämme, Fladen, Brei, Kirſchen und anderes Obſt, die wie ein bunter Traum daſtehen, ſind ſeine Luſt; Confecte und trügeriſches Zuckerwerk leckt er mit Begier, aber zu ſeinem ſehr großen Schaden. Der unfehlbare Beweis dafür liegt vor Augen. Es wiſſen ja ſchon die, welche kaum Medizin zu ſtudiren begonnen, ganz wohl, daß alles Fett und Süße dem Magen und den Zähnen nachtheilig iſt und die Galle vermehrt: nun iſt aber alles Confekt mehrentheils ſüß; demnach dem Magen und den Zähnen ſchädlich. Dem füge ich

noch bei, daß wenn dergleichen vor andern Speiſen genommen wird, aller Appetit verloren geht; kommen ſie aber hernach, und zum Beſchluß, ſo ſtopfen ſie über die Maßen. Bekannt iſt bei den Aerzten der Ausſpruch: Das Süße ſtopft zuletzt. Glückſelig jener, der es für einen Theil der Geſundheit hält, alles dieſes entbehren zu können. Hier wollen wir mit Paulus ſagen (I. Cor. VI. 12): „Es iſt mir alles erlaubt, es nützt mir aber nicht alles.“ Es iſt zwar erlaubt das Naſchwerk zu eſſen, aber es dient gewißlich nicht. Wer es faſſen kann der faſſe es.

Aber ich laſſe hier, was ich ſo ſchön von den Collationen und derlei ſüßen Zubereitungen geſagt und komme nun zu den mannigfaltigen Mißbräuchen die bei dem geſtatteten Mahle ſtattfinden. Man treibt nicht ſelten mit dem Faſten nur Spott, darum wollen wir nach der Ordnung erzählen, was für fehlerhafte Gewohnheiten und Mißbräuche bei dergleichen kleinen Imbiſſen mit unterlaufen.

Der erſte Mißbrauch iſt, daß man zu viel Speiſe und Confekte aufträgt; denn oftmals wird die Tafel nicht nur mit letzterem, ſondern auch mit kalten Speiſen überladen. Da iſt Salat, es mangelt nicht an gebratenen und geſottenen Fiſchen, die in Eſſig und Oel gut zubereitet werden, und in einem Brodgefängniß gefangen liegen. Fehlen darf auch nicht Rheinwein, Malvaſier, Falerner u. dgl. Ihr Männer, heißt dieß faſten? Solches kann man auch auf den Tafeln derjenigen ſehen, die es andern verbieten und das Faſten-

gebot durch Wort und Beiſpiel andern einſchärfen ſollten. Was werden die armen Schäflein thun, wenn die Hirten ſich dieſes erlauben? Du möchteſt vielleicht hier einwenden, worüber Martialis klagt, daß er bei einem köſtlichen Mahle habe Hunger leiden müſſen mit den Worten:

Es werden zwar viel Speiſen aufgeſetzt,
Das Meſſer aber nichts berührt und nichts verletzt.

Du ſagſt alſo, daß viele Schüſſeln daſtehen, aber nicht alle berührt werden; es iſt heut zu Tage gebräuchlich, die Tafel ſo zu zieren. Das höre ich, weiß aber auch, daß ſich einer ſatt eſſen kann, wenn er nur hie und da ein wenig nimmt. Dann gehen bei derlei kleinen Mahlzeiten die Gläſer, ob ſie ſchon nicht groß ſind, ſo oft herum, daß dieſe Männer des Faſtens die Zunge und Füſſe kaum mehr bewegen können. Heißt denn dieß faſten? Ich frage aber zugleich, ob ſo verſchiedenartige kalte Speiſen und Naſchwerk in ſolcher Menge nicht vielmehr für den Bauch als für die Augen aufgeſetzt werden? Geſchieht dieſes nur um der Augen willen, wozu bedarf es dann auf einen Faſttag ſolches Schauweſens und vielfältigen Gepränges? Heißt dieß mit Job Buße thun in Staub und Aſche? (Job. 42. 6). Soll aber dem Mund und Bauch zum Beßten dieſes geſchehen, ſo iſt es ein offenbarer Irrthum, bei einer ſolchen Gaumen-Weide ſich der Mäſſigkeit und des Faſtens zu rühmen. Ich rufe mit Iſaias (Iſa. 58. 4):

Digitized by Google

»Faſtet nicht auf die Art, wie ihr es bis auf den heutigen Tag gethan habet.« —

§. 3.

Der andere Mißbrauch iſt, daß zu viel Brod und Wein aufgetragen wird. Sollte das eine Collation genannt werden, wenn man einem eine Maaß Wein mit ein paar weißen Broden auftiſcht? Der Wein wird bis auf den letzten Tropfen ausgetrunken, mindeſtens anderthalb Brode verſchluckt, ſollte man darauf noch Hunger haben? Es iſt ein ſchlimmes Zeichen, wenn einem ſolchen Menſchen nach ſo reichlicher Collation der Hunger noch plagt. Ich erlaube mir hier den alten Reim anzuziehen:

Mit einem Brod und halb' Maaß Wein,
Wirſt du gewiß geſättigt ſeyn.

Hieronymus ſchrieb vor Zeiten alſo an Negotian: Waſſer und Brod iſt das allerkräftigſte Faſten. Ich würde es vielleicht beſſer treffen wenn ich ſagte das allerkräftigſte Faſten iſt eine gute Maß Wein und ein paar weiße Brode. Jener ſagt nicht ungereimt von dergleichen Männern des Faſtens: Schaue ſie an, im Geſichte ſind ſie roth und brennen wie feurige Seraphim, ſo daß man ihre Frömmigkeit wirklich entzündet nennen möchte. O ihr Leute, ihr ſeyd mehr vom guten Wein als vom heiligen Geiſt erfüllt und trunken. »Faſtet nicht auf die Art wie ihr bisher gethan« (Iſa. 58. 4).

Der dritte Mißbrauch iſt das Spielen, welches dieſe Collation ſoll angenehm machen. Denn da kommen die beßten Freunde zu einer ſolchen Collation zuſammen und damit man Anlaß zu gottſeligem Geſpräche habe, ſucht man das Kartenſpiel hervor, Würfel, Brettſpiel, und betreibt es mit ſolchen Eifer, daß man bis 10 Uhr in der Nacht, wenn das Spiel gut geht, bis 11 Uhr, ja gar bis Mitternacht und darüber in höchſter Andacht wacht. Da verſpielt der eine etliche Dukaten, ein anderer etliche Gulden, etliche Thaler: zuweilen werden ein- oder zweihundert Thaler auf ein ſo heiliges Spiel geſetzt. Ihr Männer, heißt dieß faſten? Fürwahr, auf dieſe Manier ſteckt man Gott ein Kerzlein, dem Teufel eine Fackel. Das heißt dem h. Leonhard ein kleines wächſernes Bild opfern und daneben etliche Pfund Wachs ſtehlen. Das heißt ein wenig Weihrauch opfern, und das ſilberne Rauchfaß wegnehmen. Opfer und Diebſtahl vertragen ſich nicht recht miteinander; ſo ſtehen auch Spielen und Faſten nicht wohl beiſammen. „Faſtet nicht auf die Art, wie ihr bisher gethan“ (Iſa. 58. 4).

Der vierte Mißbrauch iſt: Es iſt nicht genug, daß die Collation nur trocken und kalt ſey, wenn ſie überflüſſig iſt. Einige meinen, es liege daran nichts, wenn die Speiſen nur kalt ſeyen. So geſchah es, daß ein Fremder zu einem Pfarrer kam, gerade um die Zeit des Abendeſſens. Dieſer lud ihn auf das freundlichſte ein, die aufgeſetzten Fiſche mit ihm zu verzehren, weil er von der Reiſe müde und erſchöpft wäre. Jener

weigerte und bedankte ſich unter dem Vorwande, dieſen Tag faſte man in ſeiner Heimath ganz gewiſſenhaft. Der Prieſter antwortete: dieß ſind ja Fiſche, die man auch an einem Faſttag eſſen darf: greif nur zu, ſie ſind friſch gekocht. Der Fremde ſprach: das Faſten verbietet warme Speiſe; kalte eſſe ich ohne Bedenken. Iſt es nur darum zu thun, ſagte der Pfarrer, ſo ſtellen wir ſie eine Zeitlang vor's Fenſter, ſo iſt dann geholfen.

O der Gewiſſen, die ſolch' ſchlechte Zeugen haben' O du aufgeklärtes Chriſtenthum! Als ob beim Faſten nichts daran läge, ob einer dieſe oder jene Speiſe eſſe, wenn ſie nur kalt iſt. „Faſtet nicht auf die Art, wie ihr bisher gethan.“

Epaminondas, der Fürſt zu Theben, war, wie Plutarch ſchreibt, reich, tapfer und kräftig, immer mit gutem Rath bereit, im Kriege ſo glücklich, daß der Ruhm der Thebaner mit ihm geboren und geſtorben zu ſeyn ſchien. Dieſer große Mann pflegte mit einem frugalen Mahle und mit wenig Speiſe verlieb zu nehmen. Als ihn einer ſeiner Nachbarn zum Nachteſſen bat, erſchien er fröhlich und heiter. Da man ihm aber auf eine ganz ungewöhnliche Weiſe aufwartete, ward er ſehr erzürnt und wollte wieder nach Hauſe gehen, indem er zum Gaſtwirth gewendet ſprach: Ich meinte, du ſollteſt ein kleines Opfer bringen, und nicht ſo im Ueberfluß ſchwelgen. So ſollen gewiß auch unſere Collationen nicht den Anſchein eines Oſter- oder Faſtnachts-Schmauſes haben. Ich höre den Tertullian

alſo ſprechen: Erſt am Abend und da nur trockne Speiſe zu ſich nehmen, ſey Gott ein angenehmes Opfer. Am Abend ſey nur eine kleine Collation erlaubt.

Mit wenig Speiſ' begnügt ſich die Natur
Und fordert das was höchſt nothwendig nur.

V. Kapitel.

Welchen Nutzen das Faſten gewähre.

Aus den allerälteſten und berühmteſten Vätern ſpricht Cyprianus von dem chriſtlichen Faſten alſo: Durch Faſten vertrocknet die Pfütze der Laſter. Faſten trägt die edelſten Früchte. Eben dieſes, wirſt du ſagen, möchte ich ſchon lange hören, was das Faſten insgemein für einen Nutzen brächte: denn wer wollte umſonſt faſten und Hunger leiden?

Wir haben zwar oben ſchon nicht nur einen Vortheil angeführt, ſo das Faſten gewährt, und wollen hier in Kürze gefaßt noch mehrere vor Augen ſtellen. Jedoch muß hier zum Voraus bemerkt werden, daß beſonders im Bereiche der Sittenlehre gar oft Urſache und Wirkung eines und dasſelbe iſt. Zum Beiſpiel: Die Eltern ſchicken den Sohn in die Schule. Warum? Daß er lerne. Denn es liegt ihnen daran, daß ihr Sohn in ſeiner erſten Jugend ſich fleißig auf die ſchönen Künſte verlege, um bei zunehmendem Alter von der erworbenen Wiſſenſchaft Gebrauch machen zu können.

Digitized by Google

So iſt es alſo die Wiſſenſchaft, weßhalb ſie den Jungen in die Schule ſchicken. Mittlerweile kommt er an eine höhere Anſtalt, lernt fleißig, macht gute Fortſchritte, wächſt unter den Muſen heran, nicht ohne große Koſten der Eltern. Was ſollten die ausgegebenen Summen bewirken? Daß er etwas lerne. Nach etlichen Jahren wird er Doktor der Medizin, der Rechte, der heiligen Schrift, und kommt demnach zu dem, was gleich anfangs die Urſache war, warum man ihm etwas lernen ließ.

Beim Faſten verhält es ſich ebenſo. Faſt alles was uns dazu beſtimmt zu faſten, iſt eine Wirkung des Faſtens, wovon wir ſchon im erſten Theile gehandelt. Hier wollen wir unter den vielen Vortheilen und Früchten, die das Faſten gewährt, nur neun, und zwar in Kürze und nur im Allgemeinen anführen. —

§. 1.

Die erſte Frucht des Faſtens, nach der wohl Jedermann trachtet, iſt die Erhaltung und Wiedererlangung der Geſundheit. Die Erfahrung ſelbſt bezeugt dieſes unläugbar; ſo wie es auch keinem Zweifel unterliegt, daß beinahe alle Krankheiten daher entſpringen, weil man mehr zu ſich nimmt als man verdauen kann. Faſt jedes Unwohlſeyn kommt von Völlerei her. Jener alte Spruch iſt ganz wahr:

Die Völlerei bringt viele Leiden,
Leid' Hunger, du kannſt ſie vermeiden.

Digitized by Google

Gar ſchön und ſo wahr ſagt Demetrius Epagomenus: Ueberfluß an Speiſe und Trank iſt eine Urſache ſehr vieler Krankheiten. Wir wollen dieſes klar beweiſen. Im menſchlichen Leibe befinden ſich vier Feuchtigkeiten: Blut, ſchwarze Galle, gelbe Galle und Feuchtigkeit. Ein unreines oder aufgeregtes Blut wird fürwahr durch überflüßige Nahrung nicht verbeſſert. Die ſchwarze oder gelbe Galle wird Zucker, Honig, Butter, alles was ſüß iſt, und häufige Speiſe, nicht ringern. Die Feuchtigkeit zu meiſtern, welche gar oft und zu ſehr bedeutenden Krankheiten Anlaß gibt, iſt nichts vortrefflicher als das Faſten. Denn die Natur iſt ſo beſchaffen: So lange ſie Speiſe vorräthig hat, greift ſie den Unrath im Magen nicht an; iſt aber wenig oder gar keine Speiſe da, ergreift ſie die Feuchtigkeit, zertheilt und treibt ſie aus. Die Erfahrung ſpricht für dieſe untrügliche Wahrheit. Selbſt der Dichter Horatius gibt hievon Zeugniß da er ſchreibt (Horat. l. 2):

So höre nur in wie viel Dingen,
Ein karges Mahl wird Nutzen bringen,
Wenn aber Kalbs= und Rinderfleiſch,
Geſott'ne und gebrat'ne Speiſ',
Wenn Krammetsvögel, Schaalenthier
Nicht ſtillen deine wilde Gier; —
Dann wird die Galle nur vermehrt,
Und deine Luſt in Leid verkehrt:
Gewiß wer mancherlei nimmt ein,
Wird krank zu End der Mahlzeit ſeyn.

Digitized by Google

Das iſt gewiß und ausgemacht. Dieſes Wort iſt wie vom Himmel geſprochen: Mäßigkeit und Faſten iſt eine Arznei die alle andern weit übertifft.

Die andere Frucht des Faſtens iſt langes Leben, welches aus der erſten entſpringt. Hier könnte ich tauſend Zeugen beibringen, die das nämliche aufs beſtimmteſte behaupten. Wo langes Leben ſeyn ſoll, darf die Tafel nicht gar zu lange ſeyn; dort ſind die Jahre viele, wo die Speiſe wenig iſt. Gemeiniglich haben jene die ein ſehr ſtrenges Faſten geübt, am längſten gelebt. Aber jene Freſſer und Säufer, die ſehr viel geſchlemmt, haben ihr Leben nur auf wenige Jahre gebracht. Die Letzten von der Tafel ſind die erſten in's Grab. Ueberflüſſige Nahrung macht nicht alt. Daher jenes welſche Sprichwort: Wer viel (das iſt lange Zeit) eſſen will, der eſſe wenig.

Im Schwabenland liegt ein armes Nonnenkloſter, wo man ſehr ſchlecht lebt und gar oft faſtet, und dennoch wird man die Kloſterfrauen im ſechzigſten nnd ſiebenzigſten Jahre noch nicht für alt halten. Ich bin deſſen ſelbſt Zeuge, ob ich ſchon kein gutes Auge habe. Denn als ich einſtmals bei dieſem Nonnenkloſter anſprach, meines Vaters Schweſter zu begrüßen, fragte ich ſie, wie viele Jahre ſie in dieſem Kloſter zugebracht hätte? Sie antwortete vierzig. Und wenn einer ſeine eigenen Augen ſollte gefragt haben, hätte er ſie für eine Jungfrau von fünfundzwanzig Jahren gehalten. Darauf ſprach ich: Danket dem unehelichen Leben, o liebe Muhme, der Eheſtand und deſſen Be-

Digitized by Google

ſchwerden hätten euch längſt in's Grab gebracht. Jener Ausſpruch des hl. Geiſtes trügt nicht: Wer mäßig lebt, verlängert ſein Leben (Eccles. 37).

Der Speiſen Mannigfaltigkeit
Zerrüttet die Geſundheit.

Die dritte Frucht des Faſtens iſt die Bezähmung des Fleiſches. Iſt aber dieſes auch dem gütigen Gott wohlgefällig? Iſt es nützlich daß man das Fleiſch ſo aufreibe? Ich will euch auch um etwas fragen (Gal. 5. 24): Gefällt es Gott wenn man das Fleiſch kreuziget mit ſeinen Lüſten und Begierden? Hat denn jener Gott nicht gefallen, der ſagte (II. Cor. 9. 17): „Ich züchtige meinen Leib und bringe ihn unter die Dienſtbarkeit des Geiſtes?“ Giebt es ein Ding auf der Welt, das durch ſanften und gütlichen Zwang das Fleiſch dem Geiſt unterwirft, ſo iſt es fürwahr die Mäßigkeit und das Faſten. Wie wahr hat Cyprianus geredet: Faſten bezähmt alle Widerſpenſtigkeit des Fleiſches beraubt den Schlund ſeiner Tyranei und nimmt ihm ſeine Waffen. Durch's Faſten vergeht der Muthwille, die Lüſte werden geſchwächt, die Brunſt des feurigen Aetna, des Herzens, erliſcht.

Pelagius, ein griechiſcher Schrift-Ausleger erzählt, wie einmal ein Jüngling zu einem alten Ordensbruder kam, der ſich ſelbſt mit folgenden Worten anklagte: Mein Vater, mein Fleiſch zieht mich hin zu dem, was verboten iſt; der Teufel feiert nicht und bläst mir unreine Sachen ein; ich kann ſo böſe Gedanken nicht

Digitized by Google

länger ertragen. Dieſem antwortete der Greis: Dergleichen Dinge haben mir nie viel zu ſchaffen gemacht. Der Jüngling war mit dieſer Antwort nicht zufrieden, gieng gleich davon und klagte bei einem andern. Dieſer war kein ungelehrter Mann und ſprach: Mein lieber Bruder, laß dich doch dieſes nicht verdrießen; es iſt ſo übel nicht geſagt, ſondern hat ſeinen tiefen Sinn. Kehre du zu ihm zurück, bitte ihn um Verzeihung, und verlange eine Erklärung. Der Jüngling folgte und kam wieder zu dem Alten, der ihm dann mit ſanftmüthigen Worten entgegnete: Seitdem ich Mönch bin, habe ich nie mich weder ſatt gegeſſen, noch getrunken, noch mir genug geſchlafen; daher plagen mich auch ſolche Gedanken nicht. Eine ähnliche Antwort gab auch Macarius, wie wir oben gezeigt. Faſten macht das Fleiſch zahm und gelaſſen.

§. 2.

Die vierte Frucht iſt, daß das Faſten den böſen Geiſt überwindet. Chriſtus ſagt es ganz klar und deutlich (Mth. 17. 20): „Dieſe Gattung böſer Geiſter laſſen ſich nicht anders als durch Beten und Faſten austreiben“ (Marc. 9. 29). Der Teufel haßt und flieht das Faſten, trockne und nüchterne Menſchen; aber nicht die Schlemmer, Stürzenbecher, Zecher und Helden zum Eſſen und Trinken. Man ſagte von Vitellius, wie wir oben erwähnt, er würde das römiſche Reich beunruhigen und viel Böſes ſtiften. Aber Galba verachtete ſolche unnütze Furcht: Was ſollte Vitellius,

ſprach er, der Fraß und Tafelkrieger anfangen? Er iſt ſeines Bauches Knecht, darum auch nicht zu fürchten. Und fürwahr, der Teufel fürchtet ſich nicht vor den Schlemmern und Bauchmenſchen, ſondern vor den Hungerigen, Faſtenden und Mäßigen. Cicero ſagt: ich fürchte mich nicht vor den Craſſis, aber wohl vor den Flaccis. Wie ein Schwein keine Luſt hat, ſich auf trocknem Koth zu wälzen, ſo liebt auch der Teufel ein feuchtes Lager. —

Die fünfte Frucht des Faſtens iſt, daß alle Sinne, die äußeren und inneren, dadurch helle werden. Wer recht beten, leſen, dichten, oder ſonſt etwas mit Andacht verrichten will, hüte ſich vor Fülle und ſey nüchtern. In dieſem Sinne ſagt Chryſoſtomus: Faſten iſt die Speiſe unſerer Seele, verleiht ihr leichte Schwingen um himmelwärts ſich zu erheben. Darum hat die Kirche das Faſten auf ſolche Tage verlegt, wo die chriſtliche Andacht und Gottſeligkeit beſonders ſich zeigen ſoll.

Stanislaus Hoſius, Kardinal, hat alle von der Kirche gebotenen Faſttage auf das ſorgfältigſte gehalten. Und obgleich dieſer Kirchenfürſt ſchon in einem hohen Alter war, hat man ihn doch nie bereden können, von ſeinem ſo ſtrengen Faſteu nur im geringſten abzuweichen. Zu deneu die ihm dieß riethen, ſagte er ganz freundlich: Ihr wiſſet nicht, was mich dazu antreibt, ich möchte gerne lange leben. Ihr kennet ja auch das Gebelh (Exod. 20. 2): „Du ſollſt Vater und Mutter ehren, auf daß du lange lebeſt auf Erden.“

Der Vater iſt im Himmel, die Mutter iſt die Kirche auf Erden: Vater und Mutter wollen, ich ſoll faſten, auf daß ich deſto beſſer beten könne. Soll ich denn dieſen Eltern nicht folgen? Gehet, ich bleibe bei meinem alten Brauch.

Faſten iſt die beßte Vorbereitung zu allen Geſchäften, beſonders aber zu den geiſtlichen Uebungen. Thomas von Aquin hat, ſo oft ihm in der hl. Schrift eine dunkle Stelle vorkam, die ihm nicht klar und deutlich werden wollte, jederzeit zum Gebet und Faſten ſeine Zuflucht genommen, um ſo auf eine leichte Weiſe darüber eine Erklärung zu bekommen. Dieſes war auch der Fall. Faſten macht die Sinne und den Verſtand helle und den Menſchen zu allen Dingen fertig und munter.

Die ſechste Frucht des Faſtens iſt, daß es die Miſſethaten rein wäſcht. Sowohl die Niniviter, als der König Achab, hatten ſich bei Gott ſchwer verſündiget; aber durch ein demüthiges Trauerfaſten erlangten ſie Gnade, wurden von einer ſo großen Schuld freigeſprochen und wieder zu Gnaden aufgenommen. Alſo thaten die Hebräer zur Zeit der Judith und Eſther, die auch Gott, der ihnen wegen ihrer Sünden ſehr zürnte, durch Faſten wieder verſöhnten. Darum ſcheute ſich Baſilius nicht zu ſagen: Die Buße ohne Faſten iſt unnütz und unfruchtbar, aber durch Faſten eine Genugthuung vor Gott. Dieſe Worte des Baſilius beſtättigt Ambroſius: Faſten tilgt die Schuld und heilet die Seele. Hieronymus iſt ganz derſelben Meinung:

Digitized by Google

Bußſäcke und Faſten ſind die Waffen der Buße, die Hilfe der Sünder. Da Auguſtinus alle Ausſprüche der Väter zuſammenfaßt und anführt, ſchreibt er: Niemand faſte um des menſchlichen Lobes willen, ſondern daß ihm ſeine Sünden erlaſſen werden.

Durch Faſten werden die Miſſethaten und groben Laſter getilgt. Und wie ſchwerlich, mein lieber Gott, ſündigen wir das Jahr über? Denn wir nehmen als unbeſcheidene Zechbrüder den Saal ein, und trinken auf gut deutſch, bis wir auch den Verſtand bei dieſer Zeche vertrinken. Endlich kommt der Gaſtwirth und redet einen nach dem andern an: Höre Zechbruder, zahle deinen Antheil, zahl' aus, zahl'. Du haſt ſo viele zu Gefährten deiner Liederlichkeit gemacht: hier iſt das ſchwarze Regiſter, da ſteht Schuld und Verbrechen; zahle deinen Antheil und gieb was du ſchuldig biſt. So wache und bete, wache und faſte: Buße ohne Faſten iſt fruchtlos. Das Faſten tilgt die Sünden.

§. 3.

Die ſiebente Frucht des Faſtens iſt Vergebung der verdienten Strafen. Johannes der Vorläufer Chriſti grüßt die zu ihm kommenden Phariſäer mit den ernſten Worten (Mth. 3. 7. 8 ꝛc.): „Ihr Natternbrut! wer hat euch gelehrt dem bevorſtehenden Zorne zu entfliehen? So wirket denn würdige Früchte der Buße. Denn ſchon iſt die Axt den Bäumen an die Wurzel gelegt, und es wird jeder Baum, der keine guten Früchte bringt, ausgehauen und in's Feuer geworfen

werden.“ Er fordert nicht allein Früchte der Buße, ſondern auch würdige. Unter dieſe wurde allezeit und ganz vorzüglich das Faſten gerechnet. Der König Achab bedeckte ſein Fleiſch mit einem härenen Kleid, faſtete und ſchlief in einem Sack, als er ſeine Uebelthaten bereute (3 Reg. 1. 17).

Sieh' hier das Faſten in Sack und härenem Kleid als eine würdige Frucht der Buße.

Mein Lieber, was ſind die ſo mannigfaltigen Trübſale, das tägliche Elend anders, als gemeiniglich Strafen der Sünden? Weil wir denn täglich ſündigen und eine große Schuld auf uns laden, ja das Leben ſelbſt ſchuldig ſind, ſo macht ſich Gott ſelbſt bezahlt. Daher allenthalben ſo viel Kreuz und Trübſal. Das allerliebſte Söhnlein ſtirbt den Eltern dahin, den Kindern werden die Eltern entriſſen. Der eine wird ſeines Vermögens beraubt, ein anderer der Ehre, dieſer kommt um ſeine Geſundheit, jener um ſein Leben. Ich bitte dich, was iſt dieß alles, als nur der Sünden Sold? Wir ſündigen täglich und werden auch täglich geſtraft. Doch könnten wir dieſen Strafen leichtlich durch ein freiwilliges Faſten zuvorkommen.

Sag mir lieber Leſer, wollteſt du lieber einen Tag hindurch der Flammen Qual leiden, oder fünfzig Jahre faſten? Ein Theologe unſerer Zeit behauptet, man ſoll auf das Faſten auch wohl darum ſchon viel halten, wenn es auch nur einen einzigen Tag der künftigen Strafe im Feuer aufhebe. Die Urſache fügt er bei: Die Strafe der Schmerzen, die man in jener Welt an einem Tag

Digitized by Google

ausſteht, iſt größer als ein hundertjähriges Faſten. Ich würde mich bedenken dieſes zu ſagen, wenn es nicht ſein Ausſpruch wäre. Durch Faſten bezahlt man die Schulden, ſo man für die Sünden verdient.

Die achte Frucht des Faſtens iſt, daß man dadurch himmliſche Gaben und Gnaden erlangt. Der Anna wurde in Folge ihres Faſtens ein guter Sohn, Samuel, geſchenkt. Sara vertrieb dadurch den böſen Geiſt von ſich. Sara betet und faſtet, und befreit dadurch ſich und ihr ganzes Haus von dem Teufel, und erlangt völlige Ruhe und Sicherheit. Wir haben ſchon oben die kürzeſte und beßte Art und Weiſe angegeben, von Gott etwas zu erlangen. Wer recht ernſtlich beten will und gewiß erhört zu werden wünſcht, der bringe Gott ein Brandopfer, das iſt, er übergebe und heilige ihm die Seele, den Leib und alles was er äußerlich beſitzt. Die Seele bereite ſich zum Gebete, der Leib zum Faſten, der Beutel zum Geben, ſo wird das Brandopfer vollkommen ſeyn. So übergiebt ſich der Menſch gänzlich, ſo erbittet er den gnädigen Gott und macht ihn ſich geneigt, denn er giebt von allem was er iſt und hat. Zum Beiſpiel: Er faſtet drei Tage nacheinander, er hält 6 Tage an mit dem Gebete, er theilt 9 Gulden unter die Armen. Dieß iſt ein herrliches Brandopfer und ſehr geeignet etwas zu erlangen. Fürwahr, ſo oft man im alten und neuen Teſtament etwas hohes und wichtiges von Gott begehren wollte, fing man dieß Geſchäft jederzeit mit Faſten an. Dieß lehrt auch die Kirchengeſchichte.

Digitized by Google

So machten es auch die mächtigſten Kaiſer, die Ottonen, Karl, Zeno. Gott will, daß der ganze Menſch auf das demüthigſte ſeine Abhängigkeit von Ihm bezeige. Chryſoſtomus hat ſeine Zuhörer hiezu ſorgfältig ermahnt: Faſte, denn du haſt geſündiget; faſte, damit du nicht ſündigeſt; faſte, damit dir bleibe, was du empfangen. Faſten iſt ein mächtiges Mittel, himmliſche Gaben und Gnaden zu erlangen.

Die neunte Frucht des Faſtens iſt, daß es ſowohl die Gnaden und Verdienſte als die Seligkeit vermehrt. Faſten und Mäßigkeit haben das allerhöchſte Verdienſt, weil hierin der Sieg oft ſchwer zu erringen iſt. Um andere Laſter zu bekämpfen räth man weiſe: fliehe, gehe fort, weiche zurück, laufe mein Lieber, laufe.

Willſt du der Liebe unreines Feuer überwinden? ſo meide die verdächtigen, gefährlichen Geſellſchaften. Der hat die Geilheit überwunden, der vor ihr geflohen iſt. Willſt du den Stolz überwinden, ſo meide alles Gepränge, die Ehren ſollen dich ſuchen und nicht du ſie. Willſt du den Geiz überwinden, ſo meide das Geld ſo viel dir möglich iſt, übergieb die Haushaltung dem Weibe. Willſt du den Schlund überwinden, ſo wiſſe, daß der Sieg im Fliehen und Meiden nicht beſteht. Du mußt alle Tage ein- oder zweimal vor den Feind, täglich mit Speiſe und Trank umgehen, was den Sieg ſchwer macht. Es iſt aber der Triumph um ſo viel herrlicher, und die Krone um ſo viel edler, je ſchwerer das vorhergegangene Treffen geweſen: je größer

die Arbeit, deſto größer das Verdienſt. Daher iſt gemeiniglich derjenige tapferer zu nennen, welcher den Schlund bezwingt, als der, ſo den Beutel erobert. Die Sache iſt iſt einleuchtend: Ein Reicher, der nicht geizig iſt, merkt es nicht wenn er Almoſen giebt; er empfindet nur bei ſeinem Gebete eine heilige Luſt, ebenſo ſpürt er auch nicht einen geringen Gewinn. Aber Faſten und Hunger leiden, das empfindet er gar wohl. Darum iſt dieſes von größerem Verdienſt, weil mehr Mühe und Geduld dazu erfordert wird. Wir wiſſen aber, daß die Gnade und die Herrlichkeit in gleichem Schritte zunehmen und fortſchreiten: denn je mehr die Gnade allhier wächst, deſto mehr nimmt die Herrlichkeit dort zu. Wenn du in der Gegenwart die Gnaden vermehreſt, haſt du für die Zukunft größere Herrlichkeit zu erwarten. Auguſtinus ſpricht hievon gelehrt und bündig: Faſten iſt entweder eine Arznei oder Belohnung, d. i. erlangt entweder Vergebung der Sünden, oder erwirbt den Lohn des Himmelreiches. Es verdient Gnade und Herrlichkeit.

Da Chriſtus von der Belohnung redet, ſagt er (Mth. 6. 17. 18): „Du aber, wenn du faſteſt, ſalbe dein Haupt ꝛc., und dein Vater, der in's Verborgene ſieht, wird es dir vergelten.“ Sieh' hier den Lohn des Faſtens. Darum muntert Baſilius zur Erlangung größerer Gnade und Herrlichkeit alſo auf: Es giebt gewiſſe Engel, die in jeder Kirche diejenigen aufzeichnen und ſich merken, welche faſten. Sieh' zu, daß du um einer kurzen Luſt willen nicht von dem Engel

Digitized by Google

übergangen werdeſt, und dich ſelbſt bei dem, der das Heer gezählt hat, als ein Deſerteur anzuklagen habeſt. „Selig ſind, die jetzt Hunger leiden.“ (Math. 5. 6.)

VI. Kapitel.

Wie verſchieden unſer Faſten von dem der Alten ſey. Wie man das Faſten heiligen ſoll.

Joel läßt auf göttlichen Befehl ein Faſten ausrufen: (Joel 1. 14.) „Feiert ein heiliges Faſten, rufet die Gemeinde zuſammen, verſammelt die Aelteſten und alle Landeseinwohner im Hauſe eures Gottes, und rufet zu dem Herrn.“ Gott wollte nicht nur, daß man faſte, ſondern auch das Faſten heilige. Dieß predigte der Prophet — feiert ein heiliges Faſten — auf daß Jedermann der Wille Gottes kund würde.

Der Kaiſer Julian, ob er ſchon die chriſtliche Religion verläugnete, behielt doch von derſelben einen Funken von Mäßigkeit bei; denn er ſchaffte vom Hofe weg die Verſchnittenen, Barbierer und Köche. Die Urſache hievon gibt er ſelbſt an: Ich bedarf keiner Verſchnittenen mehr, nachdem meine Gemahlin todt iſt. Ein einziger Barbierer kann ſehr vielen dienen. Weil meinem Gaumen keine Leckerbiſſen und Naſchwerk ſchmecken wollen, brauche ich auch nicht viele Köche. Hier war wohl eine Art Faſten, aber kein geheiligtes.

Gregorius ſpricht von dem geheiligten Faſten alſo: Jenes Faſten iſt Gott wohlgefällig, wenn man die

den Armen wohlthuenden Hände zu ſeinen Augen em⸗porhebt, mit thätiger Nächſtenliebe es paart, mit Gottſeligkeit es beginnt. Soll darum das Faſten ein wahres ſeyn, ſo muß es geheiliget ſeyn. Wie es nun geheiliget werde, davon ſoll nun die Rede ſeyn. Zu⸗vor ſoll aber noch davon gehandelt werden, wie weit wir von der alten Art und Weiſe zu faſten abgewichen ſeyen.

§. 1.

Der erſte Unterſchied zwiſchen unſerm Faſten und dem der Alten iſt dieſer: Unſere Voreltern enthielten ſich am Mittwoche und Freitage und im Abendlande auch am Samſtage nicht nur des Fleiſches, ſondern übten ein eigentliches Faſten; und dieß alle Wochen das ganze Jahr hindurch. Um wie viel leichter haben es wir, die wir nur an den Freitagen und Samſtagen des Fleiſches uns enthalten! Origenes, ein Zeuge die⸗ſer uralten Gewohnheit ſagt: „Wir haben den vierten und ſechſten Tag in der Woche, an welchen wir nach altem Brauche faſten. Eine Spur dieſer alten Sitte iſt noch in den Klöſtern übrig geblieben. Einſtmals hielt man in der Frühlingsfaſten, beſonders in der Charwoche, das Faſten viel ſtrenger, als unſere Zeit, die hierin viel laxer iſt, dieß geſtattet. Auch die Ad⸗ventzeit wurde früher durch tägliches Faſten geheiliget.

2. Die Alten verbanden mit ihrem Faſten das Wachen; denn ſie kamen bei Nacht in der Kirche zu⸗ſammen. Hievon iſt Chryſoſtomus ein hinreichender Zeuge: In der Kirche Gottes ſteht man um Mitter⸗

Digitized by Google

nacht auf, thue du deßgleichen. Leo, römiſcher Biſchof ſagt in ſeinen Quatember-Predigten: „So laßt uns denn den vierten und ſiebenten Tag faſten, und am Samſtage zum hl. Apoſtel Petrus wachen.“ Wir wachen das ganze Jahr hindurch ein oder zwei Nächte, in der Nacht, wo der Herr geboren wurde, und wo er vom Todten auferſtand, und da nur kurze Zeit. Ach um wie viel ſind wir beſſer! Es geſchieht zwar oft, daß wir die ganze Nacht über wachen, aber beim Trunke, beim Tanze, bei Brett- und Würfel-Spiel. Auſſerdem faſten wir ſelten und wachen nie.

3. Unſere Voreltern faſteten beinahe den ganzen Tag bis auf die dritte Stunde Nachmittags, ja anfangs bis auf die ſechſte, wo Tag und Nacht ſich ſcheiden, und man anfängt, die Lampen anzuzünden, beſonders in der Frühlingsfaſten. Es befinden ſich gewiß noch Leute unter den Chriſten, ſowohl in einigen Klöſtern, als in gemeinen Häuſern, welche die alte Gewohnheit zu faſten noch beibehalten. Es iſt aber der gewöhnliche Brauch dieſer Zeit, daß man Mittags 11 oder 12 Uhr Speiſe zu ſich nehme, mehr denn gelinde. In der That iſt dieſes ein Mittagsmahl, und nur dem Namen nach ein Nachtmahl. (prandium, coena.)

4. Unſere Voreltern nahmen nur einmal des Tages Speiſe zu ſich, und zwar ungemein nüchtern. Ihr Trank war mit Waſſer gemiſcht und wenig. Heut zu Tage hält man oft eine köſtlichere Collatiou, als man früher zu Mittag ſpeiſte. Wir nehmen ein volles

Digitized by Google

Mittagsmahl und bringen am Abende noch herein, was etwa Mittags gemangelt. Iſt dieß nicht ſehr leicht? Wir haben nicht Urſache zu klagen, dürfen das Gebot keiner Strenge beſchuldigen. Und wenn wir auch Morgens und Abends einigen Hunger verſpüren, darin beſteht ja das Opfer dieſes Gottesdienſtes. — Und dann ſchmeckt ja auch das Mittagsmahl um ſo beſſer, je einfacher das Nachteſſen war.

5. Unſere Voreltern enthielten ſich nicht nur vom Fleiſche, ſondern auch von Milch, Käſe, ja auch von Fiſchen, von aller Würze, Wein, Meth und allen betäubenden Getränken. Ihre Speiſe war Kraut und Gemüſe, Erbſen und Linſen, Waſſer, Salz und Brod, und darin beſtand alles. Chryſoſtomus erwähnt dieſe Nüchternheit auf der Kanzel: „Was nützt es, ſagt er, wenn wir zwar weder Vögel noch Fiſche eſſen, aber unſere Mitmenſchen beißen und aufzehren?“ In dieſem Sinne ſagt auch Baſilius: „Du genießeſt kein Fleiſch, enthältſt dich des Weines, mäßigeſt dich aber nicht im Unrechtthun.“ Alſo enthielten ſich die Faſtenden ſowohl der Fiſche als des Weines. Wir wollen, wenn wir faſten, keines von beiden vernachläßigen, auſſer es geſtatte dieſes die Armuth.

6. Unſere Voreltern haben Niemanden, oder doch nur ſehr wenige vom Faſtengebote diſpenſirt. Heut zu Tage wird dieſe Erlaubniß ſehr vielen ertheilt, und das Geſetz muß begnadigen, es geſchehe nun bitt- oder zwangsweiſe. Baſilius meldet von dem Faſten ſeiner Zeit: „Allen wird das Gebot bekannt gemacht,

darum ſoll ſich auch Niemand vom Faſten ausſchlieſ-ſen, ohne Ausnahme des Alters, Standes und An-ſehens.“ Wenn wir betrachten wie ſtrenge die Alten fa-ſteten, ſo ſagen wir mit Recht: Vor Zeiten faſtete man ernſtlich, unſer heutiges Faſten iſt nur eine kin-diſche Poſſe, ein Spiel, ja ein Schatten des wahren Faſtens. Darum wollen wir ſtillſchweigen, zufrie-den ſeyn, und treu dieß Gebot halten; dabei aber nicht vergeſſen, was der Strenge des Faſtens gebricht, durch Gebet und Almoſen zu erſetzen. Darum ruft Joel: (I. 14.) „Feiert ein heiliges Faſten.“ Den Leib durch Hunger plagen, nur aus Gewohnheit Hun-ger leiden, wenig Andacht und Eifer zeigen, der Ar-men vergeſſen, mag wohl ein Faſten ſeyn, aber kein heiliges. Und davon im zweiten Theile dieſes Kapitels.

§. 2.

Gott klagte einſtmals durch den Mund des Pro-pheten Zacharias: (Zach. 7. 5.) „Wenn ihr dieſe ſie-benzig Jahre hindurch im fünften und ſiebenten Mo-nate gefaſtet, und die Trauertage gehalten habet, ha-bet ihr wohl um meinetwillen gefaſtet?“ Es gefällt Gott kein Faſten, es ſey denn Ihm geheiliget. Pau-lus und Barnabas und die übrigen Chriſten beten mit den Faſtenden. (Act. 14. 22.) Anna, die Prophetin diente Gott Tag und Nacht mit Beten und Faſten (Luc. 2. 37). Das Faſten muß geheiliget werden; denn Iſidorus ſagt: Wer ſich der Speiſe und nicht der Sünden enthält und Böſes thut, der gleicht den

Teufeln, welche auch die Schuld haben, und der Speiſe entbehren. Sehr heilſam iſt die Lehre, die uns Gregorius einſchärft: Jenes Faſten iſt Gott angenehm, wenn du einem andern mittheilſt, was du dir ſelbſt verſagſt, ſo daß dein dürftiger Mitmenſch erquickt werde, von dem, worin du dir Abbruch thuſt. Auch Leo ſucht dieſes öfters einzuprägen: Unſer Faſten ſollen wir durch Barmherzigkeit gegen die Armen ergänzen. Laſſet nns zur Tugend machen, was wir der Genußſucht entziehen. Die Mäßigkeit des Faſtenden ſoll des Armen Erquickung werden. Feiert ein Gott geheiligtes Faſten.

Petrus Chryſologus, Biſchof zu Ravenna, den ich hier ſehr oft anziehe, ein ſehr gelehrter Mann, erklärt die Heiligung des Faſtens ſehr ſchön auf dieſe Weiſe: „Brüder, das Faſten leidet Hunger, das Faſten leidet Froſt, das Faſten verſchmachtet, weil es mit der Speiſe der guten Werke nicht genährt, mit dem Tranke der Barmherzigkeit nicht erquickt, mit dem Gewande der Almoſen nicht gekleidet wird. Was der Erde der Frühling, das ſind bekanntlich die Werke der Barmherzigkeit dem Faſten. Dieß thun wir dar in einem Gleichniſſe: Es geht einer in eine Kirche, findet daſelbſt eine ſilberne Ampel aufgehangen, die ſchwer iſt von Silber, ſehr ſchön gearbeitet, aber kein Oel hat. Darüber wundert er ſich und fragt, wo das Hirn in einem ſo ſchönen Kopfe ſey? leere Ampeln taugen in den Kirchen nichts, man muß ihnen Oel geben und das Licht anzünden. Das Faſten iſt

demnach wie ein künſtlich gearbeitetes ſilbernes Gefäß, das Oel aber darinen iſt das Almoſen, und das Gebet das Licht. „Darum iſt das Gebet gut mit Faſten und Almoſen“ (Tob. 12. 8). „Das Faſten wird beſonders durch Gebet und Almoſen geheiliget.“

Der ſo eben angeführte Chryſologus von Ravenna beſtätigt dieß unter vielen Lobſprüchen. Das Faſten iſt für die Menſchen die vortrefflichſte Arznei, damit aber völlige Geneſung erfolge, muß es mit der Ausübung guter Werke verbunden werden. Faſten vertreibt das Fieber. Die durch lange Fieberhitze verdorrten Glieder können aber zur völligen Geſundheit nicht wieder gelangen, wenn man nicht reichlich Oel zugießt, ſorgfältig Umſchläge macht und koſtbare Arzneien anwendet. So verhält es ſich auch mit dem Faſten, ob es ſchon die Krankheiten der Sünden und Laſter heilt, des Fleiſches Ungeſtümm bändigt, die Quellen des Böſen verſtopft, ſo gibt es doch ohne die Salbe der Barmherzigkeit, ohne den Geiſt der Gottſeligkeit, ohne Almoſen, dem Gemüthe nicht die vollkommene Geſundheit wieder. Faſten heilet die Wunden der Sünden, ſäubert und reiniget ſie aber nicht vollkommen ohne die Barmherzigkeit. Höre, was der Herr ſpricht: (Luc. 11. 41.) „Gebet Almoſen, und ſieh! alles iſt euch rein.“ Faſten rottet mit beſonderm Fleiße die Laſter und verderbten Gewohnheiten aus, greift das Böſe bei der Wurzel an, bereitet den Acker der Seele und des Leibes zu guten Früchten; aber wenn hiebei nicht die werkthätige Liebe zum Grunde

Digitized by Google

gelegt wird, ſo iſt kein Ernſt bei der Sache. Das Faſten iſt ein Opfer der Heiligkeit und der Keuſchheit, wenn aber das Rauchwerk der Barmherzigkeit mangelt, kann es vor Gottes Angeſicht nicht zu einem ſüßen Wohlgeruche emporſteigen. Was die Seele im Leibe iſt, das ſind bekanntlich die Werke der Liebe beim Faſten, wenn das Faſten aus dieſen ſein Leben zieht, dann iſt es lebendig. Das Faſten iſt ein mit Tugenden reichbeladenes Schiff, trägt den Gewinn des Lebens, den Vortheil des Heiles. Wer ſich aber auf das Meer der Fleiſcheslüſte begibt, der durchſchneidet die Wellen der Sünden und Laſter, fährt zwiſchen den Klippen, die ihm das Verderben bringen, dahin, beſtreicht die Geſtaade aller Leidenſchaften, und wenn er den Hafen der Gottſeligkeit nicht bald erreicht, kann er zur Tugend nimmermehr gelangen, und wird den Lohn derſelben verlieren. — Wer faſtet und keine Barmherzigkeit übt, gleicht einem Acker ohne Saamen. Ein bebauter Acker hat keine Dornen, bringt wenig Gras und Unkraut; aber ohne Saamen wird er unfruchtbar ſeyn, nnd auſſerdem koſtet es auch noch manche Mühe und Arbeit, wenn der Erfolg ein guter ſeyn ſoll. So baut auch der Faſtende auf den Acker ſeiner Seele, reiniget ſeine Sinne und ſein Herz, ſchneidet die Laſter ab, reißet das Böſe mit der Wurzel aus, muntert den Geiſt auf, zieret den Leib, kommt aber ohne die Werke der Barmherzigkeit nicht zu der Frucht des Lebens, gelangt nicht zur Belohnung der Seligkeit. Was ein königlicher Palaſt ohne

Digitized by Google

König, das iſt das Faſten ohne Freigebigieit. Des Königs Palaſt ſchimmert von Gold, glänzt von Marmor und allerlei ſchillernden Zierathen; er nimmt einen großen Raum ein, ſtrebt mit ſeinem hohen Baue himmelan, iſt verſehen mit lieblichen Blumengärten; aber ohne den König iſt er aller Ehre beraubt, ermangelt der Herrlichkeit iſt eine leere Einöde, eine abgelegene Wüſte, eine traurige Einſamkeit. So auch leuchtet das Faſten in der Unſchuld, ſchimmert in der Keuſchheit, erhält ſeinen Glanz durch die guten Werke, mahlt ſich in dem Lebenswandel, iſt umgeben von einem herrtich ſtrahlenden Nimbus, empfängt aber ohne die Werke der Barmherzigkeit kein Verdienſt, keine Belohnung, erhält nicht den Sieg, verliert die Vertrauens=Kraft im Gebete, und erlangt nicht, um was es bittet. Feiert ein heiliges Faſten.

Syrach weiſet einen Menſchen, der zu reichlich und über die Gebühr den Gaſtmählern huldiget, folgenderweiſe zurecht: (Eccli. 31. 25.) „Nöthiget man dich zu viel zu eſſen, ſo ſtehe mitten unter ihnen auf und ſpeie. Das wird dich erquicken, und deinem Körper keine Krankheit zuziehen.“ Was iſt das Syrach? Sind das anſtändige und ehrbare, ich will nicht ſagen geiſtliche Sitten, daß einer vom Tiſche aufſtehe, der Speiſe die Straſſe, wodurch ſie wieder zurückkomme, öffne, und durch Wiederſpeien ſeinen Leib entleere? Wer ſollte ſich bereden laſſen, daß der ſehr weiſe Lehrer, der ſo viele goldene, ſchöne Lehren hat, ſo grobe, bäuriſche Sitten billige? So höret den Gregor

von Nanzianz, ſeinen Ausleger, der dieſes Wiederſpeien zierlich erklärt. Ihr, die ihr eure Wollüſte ſo ſehr befriediget, entziehet euerm Bauche und euerer ſinnlichen Luſt etwas und gebet es dem Geiſte. Der Arme iſt in der Nähe: Hilf dem Waiſen, brich ab und übergib' von deinem Ueberfluße etwas auf ihn. Warum ſeyd ihr beide bedrängt, du wegen Ueberfüllung, der andere wegen Hunger? Du durch zu vieles Eſſen, der andere durch Mangel. Verachte nicht den Lazarus, der vor der Thüre liegt. Ebenſo ſchreibt **Paulus de Palatio**, ein Erklärer des Syrach: „Den Reichen iſt in dieſer Stelle Syrach's der gute Rath gegeben, daß, wenn ſie viel verſchlungen, ſie einen Theil auf die Armen übergeben.“ So kann man auch einem Sünder ſagen, daß, wenn er viele Sünden verſchlungen, er in der Beicht dieſelben wieder erbreche. So wird er ſich in dieſem Leben laben und erfriſchen, und in dem künftigen die Qual der Hölle nicht zu befürchten haben. Wohlan denn ihr Reichen, die ihr keinen geringen Haufen Geldes verſchlungen habt, eure Speiſekammern, Tafeln und Beutel ſind überflüßig voll. Geht, o laſſet eure Geldbörſe ſich ergeben, gebet etwas auf die Armen über. So predigte immer der hl. Leo: „Meine Allerliebſten, laßt uns ein wenig Hunger leiden, und der Gewohnheit etwas Weniges entziehen, um damit den Armen zu helfen. Feiert ein heiliges Faſten. Mäßigkeit mit Gebet und Almoſen iſt der Anfang aller Tugenden.“

§. 3.

Wir reden aber nicht von dem Almoſen an Geld allein, ſondern auch von demjenigen, welches man das geiſtliche nennt. Dieſes beſteht darin, daß man ſich gegenſeitig die zugefügte Unbild ſchnell verzeihe nnd die Schuld vergebe. Denn was nützt es, wenn ich dem Magen die Speiſe verſage, und dem Neide, Haſſe und der Rachgier im Herzen Wohnung laſſe? Dieß heißt fürwahr nicht das Faſten heiligen, ſondern verunreinigen.

Konrad, fränkiſcher Kaiſer, hatte, wie Albert Krantz bezeugt, immer mit ſeinem Bruder Heinrich, Herzog von Schwaben, der ſehr widerſpenſtig und halsſtarrig war, zu thun. Endlich ſprach er zu ihm: „Wenn es nun einmal nicht anders geſchehen kann, die Regierung zu führen, als durch das Schwerdt, wohlan denn, ſo wollen wir's wagen, und miteinander uns ſchlagen.“ Sie thaten es; der Herzog Heinrich ward beſiegt, mußte aus Schwaben weichen, und floh nach Ungarn zu ſeinem Schwager, dem Könige Stephan. Dieſem gefiel ſein offenbar halsſtarriges Benehmen nicht, und er wollte ihm dieß mit Nachdruck, doch ohne den Anſtand zu verletzen, vorhalten. Zu dieſem Ende ließ er am Charfreitage Fleiſch aufſetzen. Herzog Heinrich ſchauderte zurück vor einem ſolchen Mahle an dieſem Tage. Da entgegnete Stephan mit ſanften und freundlichen Worten: „Ich halte es für eine geringere Sünde, dieſen Tag Fleiſch zu eſſen, als ſich halsſtarriger Weiſe ſeinem Bruder wi-

Digitized by Google

derſetzen, und mit ihm im Zerwürfniſſe leben.« Dieſe Art von Zurechtweiſung fand ein geneigtes Ohr. Herzog Heinrich merkte, daß es ihn anginge, und ſöhnte ſich mit ſeinem Bruder Konrad wieder aus.

Hier wiederhole ich an rechter Stelle mit Baſilius: „Du genießeſt kein Fleiſch, fällſt aber über deinen Bruder her, als wollteſt du ihn verzehren? Des Rindfleiſches enthältſt du dich, und des Neides und der Rachgier nicht? Wir gebrauchen nicht das Schlachtmeſſer, um Hühner, Kälber, Ochſen zu tödten; wider unſern Bruder zieh'n wir aber gar das Schwerdt? Umſonſt o Chriſt, leideſt du Hunger, umſonſt faſteſt du und mäßigeſt dich, umſonſt ſind Gottesdienſt und Andachtsübungen, ſo lange wir dieſes Schwerdt des Neides, Haſſes und der Rachgier voll Zorn in den Händen führen. Dadurch wird das Faſten nicht geheiliget, ſondern entheiliget. Hierüber ſchreibt Auguſtinus geiſtvoll: „Die heilige Zeit der Frühlingsfaſten gibt mir Anlaß, von der brüderlichen Eintracht mit euch zu reden, damit Jeder, der mit einem andern im Streite lebt, demſelben ein Ende mache, damit nicht ihm ein Ende gemacht werde.« So ſprich denn: (Mth. 6. 17.) „Vergib uns unſere Schulden,« merk' aber, was darauf folgt. Du willſt deinem Bruder nicht verzeihen, und ſagſt: „Wie auch wir vergeben unſern Schuldigern.« Oder willſt du es gar nicht ſagen? dann wirſt du nichts empfangen; ſagſt du es aber, ſo ſprichſt du die Unwahrheit. So ſprich es denn, und ſprich es mit Wahrheit. Wie kannſt du

Digitized by Google

aber die Wahrheit ſprechen, wenn du deinem Bruder nicht verzeihen willſt? Nun wende ich mich auch zu dem Beleidiger. Wer du immer biſt, wenn du je zu deinem Bruder geſagt haſt, vergib mir, worin ich dich beleidiget; wenn du es aus ganzem Herzen geſprochen, wenn es aus wahrer Demuth, nicht aus Verſtellung und Heuchelei, ſondern vor Gott, dem Allwiſſenden geſchah, und wenn er dir dennoch nicht verzieh, ſey dann unbekümmert. Ihr beide ſeyd Knechte und habet einen Herrn. Du biſt deinem Mitknechte etwas ſchuldig, er wollte es dir nicht nachlaſſen, bringe die Sache vor euer beiden Herrn. Wenn es dir der Herr ſchenkt, ſo mag es der Knecht fordern, wenn er kann. Ich nehme hier die Sache umgekehrt, darum ermahnte ich jenen, der ſeinem Bruder nicht verzeihen wollte, da er doch ſelbſt um Verzeihung bittet, daß er doch, um Gewährung ſeiner eigenen Bitte zu erhalten, thue, wozu er keine Luſt habe. Ich habe auch den ermahnt, der Verzeihung von ſeinem Bruder verlangte, und gleichwohl nicht erhielt, daß er hierin von ſeinem Herrn nichts zu beſorgen habe.

Der honigfließende Bernhard erklärt die Stelle Joels über das Faſten alſo: „Was heißt die Gemeine verſammeln? die Einheit bewahren, den Frieden lieben, die brüderliche Liebe unterhalten.“ Das Faſten jenes Phariſäers, der ſich ſelbſt lobte, hatte nur einen Flügel, nämlich das Gebet und die Dankſagung. Ja nicht einmal dieſen. Von ihm ſchreibt Auguſtinus: Um was bat er denn Gott? erwäge ſeinr Worte, ſo wirſt

du nichts finden. Er ging hinauf zu beten; er wollte nicht Gott um etwas bitten, ſondern ſich ſelbſt loben, und das Gebet ſeines Mitmenſchen verachten. Der Phariſäer hatte die Gemeine nicht verſammelt, die Eintracht nicht geliebt. Er faſtete zwar zweimal in der Woche, aber es verlor dieſes Faſten all' ſeine Kraft, indem die böſe Schlange dieſe Worte ihm einziſchte: (Luc. 18. 11.) „Ich bin nicht wie andere Leute," noch ärger denn die andern, noch boshafter als dieſer Zöllner. O Schlange! Man muß nicht nur faſten, ſondern auch beten, und wenn man dich beleidiget hat, ſo mußt du auch verzeihen. Sprich, du tückiſcher Redner ſprich: „Ich bin wie andere Leute, noch ärger denn die andern, noch boshafter denn dieſer Zöllner." Du plauderſt zwar viel von deinem Zehent, den du gibſt; was ſagſt du aber von deinem Almoſen, von deinen mit Geduld ertragenen und verziehenen Unbilden? Haſt du die Gemeine verſammelt, den Frieden und die Eintracht geliebt? Hier zeige dich als einen rechtſchaffenen Mann, nicht mit dem Munde, ſondern im Werke. Auguſtinus that den trefflichen Ausſpruch: „Was nützt es, ſich des Fleiſcheſſens enthalten, und durch boshafte Reden und Ehrabſchneidungen die Glieder der Brüder zerreißen? Was nützt es, wenn wir uns von dem enthalten, was zu Zeiten erlaubt iſt, und das thun, was nie erlaubt iſt? Darum feiert ein heiliges Faſten.

Digitized by Google

VIII. Kapitel.

Von den verſchiedenen Arten des Faſtens.

Franz von Aſſiſi, ein vorzüglicher Liebhaber der Armuth, hatte unter ſeinen erſten Genoſſen einen gewiſſen Juniperus, einen ſehr frommen und dabei äuſſerſt aufgeheiterten, leutſeligen Mann. Einſtmals gingen alle aus dem Kloſter auf die Dörfer, um ihren Lebensunterhalt zu ſammeln, nur Juniperus wurde daheim gelaßen, um Haus zu hüten. Bei dieſer Gelegenheit kam er auf einen ſonderbaren Gedanken. Er bettelte geſchwind in der Stadt etwas zum Eſſen zuſammen, und man gab ihm gerne und reichlich. So brachte er Fleiſch, Eier, Krautköpfe, Hühner, Käſe, Milch, Butter, Erbſen und Bohnen nach Hauſe. Bald entlehnte er den größten Keſſel, den er nur auftreiben konnte, und that alles miteinander hinein, was er erbettelt hatte, die Hühner mit den Federn, die Eier mit den Schaalen, die Bohnen mit den Hülſen, das Fleiſch unausgewaſchen, die Krautköpfe unzerſchnitten, eine gräuliche und doch Lachen erregende Vermiſchung. Er goß Waſſer darüber und machte ein Feuer, als hätte er dem ganzen Heere des mächtigen Xerxes einen Brei kochen ſollen. Da nun einer nach dem andern wieder nach Hauſe kam, bemerkte einer die neue Manier zu kochen, erſtaunte darüber und rief auch die andern zu dem Abendtheuer, damit ſie das allerungereimteſte Ding von der Welt mit eigenen Augen ſehen möchten. Juniperus erſchrack wegen ſolchen

Digitized by Google

Zulaufes nicht und ſprach: „Sehet, liebe Brüder, wie bequemm, auf daß wir um ſo andächtiger dem Gebete obliegen könnten, habe ich hier auf 14 Tage gekocht. Der Guardian fuhr ihn rauh an als einen leichtferti⸗gen Verſchwender, der die Armuth verletzt hatte, und beſtrafte ihn mit andern harten Reden. Juniperus fiel ihm zu Füßen und bat ihn um Verzeihung. Ei⸗nigen ſchien zwar dieſe Strafe noch zu gering, dieſen frechen und abgeſchmackten Witz ſollte er theuer be⸗zahlen müßen. Aber der Pater Guardian ſagte ſanft⸗müthig: Wir wollen das Geſchehene in Geduld ertra⸗gen und entſchuldigen. Dieſer Bruder hat gekocht zwar nicht für den Tiſch, aber doch gut für den Or⸗den; denn daraus erwuchs die Demuth. Dieſe hat er ſich ſelbſt, und uns durch Faſten erworben. Dieſe Speiſen, ſeyen ſie wie ſie wollen, ſind eben ſo übel nicht, wenn ſie nur einen rechten Gaumen treffen.

Wie nun die Art und Weiſe zu kochen mannig⸗faltig iſt, ſo auch das Faſten. Man findet Leute, die unordentlicher und ungeſchickter faſten, als dieſer Juniperus gekocht hat. Darum laßt uns den Unter⸗ſchied des Faſtens darlegen. Ich finde zum wenigſten fünfzehn. Es gibt z. B. ein Löwen⸗Faſten, ein Mam⸗mons⸗Faſten, ein Phariſäiſches Faſten u. dgl. Hievon ſoll in dieſem und im folgenden Kapitel der Ordnung nach die Rede ſeyn.

§. 1.

1. Das Wolfs⸗ oder Löwenfaſten. Wenn ein Wolf oder Löwe ſich mit aller Gier voll gefreſſen,

Digitized by Google

ſoll er ſich einige Tage der Nahrung enthalten. Es iſt nichts ſeltenes, daß ſich Manche mit Speiſe und Trank dergeſtalt überladen, daß es ſcheint, ſie wollten ſich gleich auf einige Tage ſatt eſſen. Wenn ſie nun am andern Tage zur Tafel kommen, und man ſie fragt, welch ſtrenges Faſten ſie ſich auferlegt, warum ſie nicht zugreifen? antworten ſie meiſtens kopfkratzend und ſchläfrig: Ach wir haben geſtern zu viel Geſundheit getrunken, darum iſt uns heute gar nicht wohl. Es eckelt mir vor jeder Speiſe, ich habe keine Luſt zu eſſen. Der Magen iſt ſo ſchlecht, der Kopf thut wehe, der Mund iſt bitter und lettig. Das iſt ein Faſten, aber ein Wolfs- oder Löwenfaſten. Man hat ſich auf drei Tage genug gegeſſen. Ich erinnere mich hier an den böhmiſchen Feldzug. Als der durchlauchtigſte Churfürſt von Bayern, Maximilian, Oeſterreich und Böhmen durch Waffengewalt wieder zum Gehorſame gegen den Kaiſer brachte, begab ich mich in die Nähe des Lagers, und bemerkte da einen Soldaten, der am Thore zu Greilſtein, einem anſehnlichen Schloſſe, die Wache hatte, und mit ſoldatiſchem Muthwillen ausrief: Hol' mich der Teufel, wenn ich nicht drei oder vier Tage faſten kann, wenn ich mich zuvor nur einmal recht ſatt gegeſſen habe. Dieß viertägige Faſten iſt zwar ein langes, aber nur ein Löwenfaſten.

Andere gibt es, die deßhalb den Hunger leiden, um bei leerem Magen deſto wackerer bei dem Nachtmahle, wozu ſie eingeladen wurden, zugreifen zu können. Andere füllen ſich an Faſttagen mit Fiſchen und

andern Speiſen ſo an, daß ſie der Bauch ſpannt wie eine Trommel, oder ſie trinken ſo viel Wein, daß ſie viele Stunden lang weder Hunger noch Durſt empfinden. Iſaias und Zacharias rufen laut aus: (Iſa. 58. 5. Zach. 7. 5.) „Iſt das die Faſten, die der Herr geboten hat? Habet ihr wohl um meinetwillen gefaſtet?“

2. Das Mammons- oder geizige Faſten. Es gibt Leute, die es an Reichthum dem Craſſus zuvorthun und nicht wiſſen, was ſie mit ihrem Gelde anfangen ſollten, und dennoch leiden ſie Hunger aus verdammlicher Sparſamkeit, aus Geiz und nicht um der Tugend willen. Hier ein Muſter von einem Gaſtmahle, das der Geiz zubereiten ließ. Ein ſehr reicher Mann hatte ſeinen Vetter eingeladen, und nebſt den übrigen Gerichten ein einziges Ei auftragen laſſen mit den Worten: Höre Vetter, her mit der Hand, wir wollen es mit einander austrinken. O des Geizes, deſſen ſich auch Euclio ſchämen ſollte! Das heißt nicht Gott, ſondern dem Mammon und verfluchten Geize faſten. Aber fürwahr, ein Geizhals ſucht ſich einen Verſchwender, wie der Comiker ſpricht: Was der arme Wicht mit ſo vieler Mühe zuſammengeſpart und erhalten, das werden andere auf einmal durchjagen. Salomon beweint eine ſolch erbärmliche Mäßigkeit alſo: (Eccleſ. 6. 1. 2.) „Ich ſah noch ein anderes Uebel unter der Sonne, das unter den Menſchen ſehr gemein iſt. Es war ein Menſch, dem Gott Reichthümer, Vermögen und Ehre verſchaffte. Nichts, was

Digitized by Google

er wünſchte, mangelte ihm. Gott ließ es aber nicht zu, daß er davon aß, ſondern ein Fremder aß es auf.“ Dieſe nichtswürdigen Faſter können weder einen Apfel, noch eine Birne, noch ein anderes Obſt genießen, ſo lange es noch unverſehrt iſt, ſondern erſt dann, wenn es ſchon zu faulen anfängt. Mittlerweile kommt dann der Sohn nach Hauſe, und dieſer führt ſeine Spielkammeraden in den Garten des Vaters und ſagt: Kammeraden gebt nur Acht, daß ihr nichts faules anrührt, das wollen wir dem Vater aufbewahren. Sonſt möget ihr abpflücken und eſſen, was ihr wollt. Auf dieſe Weiſe faſtet denn auch der Geiz. Iſt aber dieß ein ſolches Faſten, daß der Herr ſich erwählt hat? (Iſa. 58. 5.)

3. Das manichäiſche oder ketzeriſche Faſten. Die Encratiten, Manichäer und Marcioniten enthielten ſich vom Weine und Fleiſche, nicht um das Fleiſch zu kaſteien, ſondern weil ſie dieſe Sachen für unrein hielten, als vom Teufel und nicht von Gott erſchaffen. Von dieſem Gräuel des Faſtens hat Paulus geweiſſagt: (I. Tim. 4. 1. 3, 4,) „In den letzten Zeiten werden Einige vom Glauben abfallen und irreführenden Geiſtern und Teufelslehren Gehör geben, die verbieten zu heirathen, und Speiſen zu genießen, welche Gott geſchaffen hat, daß ſie mit Dankſagung genoſſen werden von den Gläubigen und von denen, welche die Wahrheit erkannt haben; denn Alles, was Gott geſchaffen hat, iſt gut.“ Auguſtinus ſtreitet mit dieſer himmliſchen Wiſſenſchaft wider Fauſtus, den Mani-

chäer, und ſagt: Ihr ſehet, welch ein großer Unterſchied ſey zwiſchen denen, die ſich der Speiſe enthalten aus einem heiligen Zwecke oder wegen Kaſteiung des Leibes, und zwiſchen denen, die ſich enthalten von Speiſen, die Gott geſchaffen, indem ſie ſagen, Gott habe ſie nicht erſchaffen. Dieſes iſt keine Lehre der Propheten und Apoſtel, ſondern des Teufels.

Man möchte hier fragen, ob es auch erlaubt ſey, am Sonntage oder andern Feſttagen zu faſten? Freilich iſt es erlaubt, wenn nur, wie wir bereits erinnert, die Meinung, ſo wir dabei haben, keine böſe iſt. So iſt nicht verboten, auch wohl am Chriſt- oder Oſtertage wegen der Geſundheit oder aus Frömmigkeit zu faſten, wenn nur dabei die Gewohnheit der Chriſten, die ſich der Speiſen bedienen, nicht verachtet und verdammt wird. Es iſt ein uralter Gebrauch, daß man den Sonntag vor und nach dem Aſchermittwoche zu Nacht eſſe, um die Arianer dadurch zu widerlegen, welche ſagten, man müße an dieſem Tage faſten. Iſt aber dieſes ein Faſten, das der Herr ſich erwählt hat?

§. 2.

4. Das phariſäiſche oder heuchleriſche Faſten. Von dem Faſten der Phariſäer und Heuchler ſagt Chriſtus ganz deutlich und klar: (Mth. 6. 16, 17.) „Wenn ihr faſtet, ſo zeiget euch nicht trübſinnig, wie die Heuchler; denn ſie entſtellten ihr Geſicht, damit ihnen die Leute ihr Faſten anſehen ſollen. Wahrlich, ich ſage euch, ſie haben ihren Lohn ſchon empfangen. Du

aber, wenn du faſteſt, ſo ſalbe dein Haupt und waſche dein Angeſicht, damit die Menſchen dein Faſten nicht ſehen.“ Das iſt eine Eigenſchaft der Phariſäer und Heuchler, daß ſie ihre Heiligkeit feil tragen, und um einen gar geringen Preis den Augen zu kaufen geben. Sie beten, ſie wachen, geben Almoſen, indem einige ihnen zuſehen, andere auch ſie loben. Der ihnen zuſieht, iſt ihr Vergelter. Sie halten dieß für den Preis ihrer Tugend, wenn ſie von andern geſehen werden. Fehlen die Zuſeher, ſo hören ſie auch auf zu handeln, wie die Komödianten. Mit dieſer Dienſtbarkeit bemänteln ſie all' ihr Thun; denn ſie halten viel mehr auf ein gutes Lob, als auf eine gute Sache. Das ſind ſehr närriſche Krämer, weil ſie um den geringſten Preis, nämlich um die eitle Ehre, die allerbeßten Waaren verkaufen. Da der Phariſäer im Tempel ſagte: (Luc. 18. 12.) „Ich faſte zweimal in der Woche,“ hat er ſo auf ſich ſelbſt geſehen, und von allen Seiten ſich beobachtet, daß er den andern, der fern von ihm ſtand, verachtete: (11.) „oder auch wie dieſer Zöllner, ein nichtswürdiger Menſch, der nicht drei Heller werth iſt und keine Tugend an ſich hat.“ Sehet dieſen faſtenden Prahler. Iſt dieß ein Faſten, das der Herr ſich erwählt hat? (Iſa. 58. 5.)

So ſalbe denn du dein Haupt, und waſche dein Angeſicht. (Mth. 6. 16. ꝛc.) Es iſt eben nicht nothwendig, daß du den Menſchen ganz aus den Augen geheſt, wenn du faſteſt, ſondern nur ſollſt du dein Faſten nicht verkaufen. Mag dein Angeſicht bleich

oder röthlich ſeyn, ſieh' du nur auf Gott, die Menſchen mögen dich ſehen oder nicht, achte darauf nicht, faſte du für Gott, bete und wache für Gott.

5. Das Geſundheits- oder mediciniſche Faſten. Das allererſte bei einer Krankheit iſt, daß man verordne, welcher Speiſen der Patient ſich enthalten ſoll, daß er Bier und Wein meide, Thee trinke, ſich vor Fleiſch und allen groben Speiſen hüte, den Käs, den der Magen nicht verdauen will, meide, und Brühe und Suppen trinke. An einer ſolchen Verordnung iſt ſo viel gelegen, daß ſie dem Tode entweder vorbeugen, oder wohl gar ihn verhindern kann. Der Kaiſer Severus faſtete alle Monate einen ganzen Tag hindurch, ging alle Tage eine Stunde ſpazieren, ließ ſich nie zur Ader, und blieb bei einer ſo ſtrengen Lebensweiſe verſchont von jeglicher Krankheit. Ich glaube dieſes oben ſchon zur Genüge erwieſen zu haben. Dieſes bezeugt auch allenthalben die Erfahrung, obſchon ſie ſtets unzählig viele Widerſprüche zu erleiden hat. Hieher könnte man füglich die Worte anwenden, womit die widerſetzlichen Juden auf den Paulus losſtürmten: (Act. 28. 22.) „Von dieſer Sekte wiſſen wir, daß ihr an allen Orten widerſprochen wird.“ Es iſt bekannt, daß auch gelehrte Männer, was mich ſehr wundert, hier ganz entgegen ſind, und das Faſten als der Geſundheit wenig zuſagend, ja ſogar nachtheilig anklagen. Dem Faſten widerſetzt ſich faſt allenthalben Jedermann. O Gott! der elenden Unwiſſenheit. Fürwahr die Erfahrung ſelbſt ruft all-

Digitized by Google

hier mit dem Heilande: (Mth. 19. 12.) „Wer es faſſen kann, der faſſe es.“ Aber wir glauben in dieſem Stücke zu leichtlich, weil man es allgemein behauptet, wir wollen es nicht faſſen oder glauben, weil wir's nicht verſuchen wollen; oder wenn ſich einige Beſchwerlichkeit hiebei zeigt, gehen wir von dem begonnen Werke plötzlich wieder ab. Wir erſchrecken vor dem Faſten. Daher kommen die vielen Läſterungen wider dasſelbe. O der Weichlinge! o der verzagten Soldaten Chriſti! o der viel zu zarten Glieder unter dem mit Dornen gekrönten Haupte!

Der heil. Lukas erzählt, wie Chriſtus bei der Magdalena ein Gaſt geweſen ſey, und thut beſonders Erwähnung der Worte, die der Herr zur Martha geſprochen: (Luc. 10. 42.) „Eines iſt nothwendig.“ O Martha, du biſt viel zu ſorgfältig, das rechte Maaß Speiſen zu Tiſche zu bringen! Was braucht es ſo vieles Kochens? Ein einziges iſt genug. Didacus Stella erklärt dieſe Worte ſo: Liebe Martha, wenn du nur eine einzige Speiſe zurichteſt, ſo iſt es genug. Fürwahr den Gäſten iſt eines nöthig. Gott, Chriſtus der Sohn Gottes, hat dieſe Gewohnheit gehalten, daß er den Seinigen nicht mehr als eine einzige Speiſe vorſetzte. Er gab dem Volke Iſrael in der Wüſte entweder das Manna oder die Wachteln. Die Raben des Elias brachten Brod und Fleiſch, den Trunk lieferte das Waſſer aus dem Bache. Dem Daniel wurde der Brei, der Schnitter Speiſe, in die Löwengrube geſendet. Chriſtus ſetzte dem Volke nebſt

dem Gerſtenbrode auch Fiſche vor. Und dieß war öfters der Fall. Auch ſeine liebſten Freunde pflegte Gott mit einer einzigen Speiſe zu nähren. Der alte Vers iſt ganz richtig:

Willſt du geſund und lange leben,
Laß' dir nur eine Speiſe geben:
Da bleibſt du wohl und ſcheueſt jede Krankheit nicht.
Dagegen doch das viel Banquiren
Gar manche Krankheit wird herführen,
Und ganz gewiß noch vor der Zeit den Lebensfaden bricht.

Ich wiederhole es hundert- und tauſendmal: Faſten iſt die allerbeßte Arznei unter allen Arzneien.

6. Das philoſophiſche oder vernünftige Faſten. Diogenes und viele andere lernten Hunger und Durſt leiden, um genügſam zu ſeyn *(Επιεικεια)*. Es ſchien ihnen dieß zum Weſen der Tugend zu gehören; ſie hielten dafür, dieß mache billig, gut, höflich. Sie hielten es für billig, durch Geduld ſich über dieſes menſchliche Elend zu erheben. Ariſtippus fand einmal, wie Laertius bezeugt, den Diogenes bei einem Brunnen Gemüſe waſchen und ſprach: „O Diogenes, wenn du dich in den Geſchmack des Königs Dionyſius ſchicken und darnach richten möchteſt, würdeſt du wahrlich kein Kraut eſſen.“ Diogenes war mit der Antwort bald fertig: „O mein Ariſtippus, wenn du Kraut eſſen wollteſt, wäreſt du des Dionyſius Schmeichler

nicht.“ Das Faſten war den uralten Weltweiſen ſchon bekannt.

Suidas erzählt: Zeno von Kittien, der im neunzigſten Jahre ſeines Alters geſtorben ſey, habe ſich der Speiſe gewöhnlich ſo lange enthalten, bis er vor Hunger matt geworden. Zeno wußte wohl, wozu ein ſo anhaltendes Faſten diente. Fürwahr, der Beweis kann nicht widerlegt werden, daß ſehr viele bei täglichem und ſtrengen Faſten das achtzigſte, neunzigſte, hundertſte Jahr und noch darüber erreicht haben. Wir verwerfen das Faſten der Aerzte und Weltweiſen gar nicht, es iſt gut, weil es für die Geſundheit höchſt vortheilhaft iſt, und mit der Vernunft ganz übereinſtimmt. Aber den Himmel zu gewinnen, muß das Ziel und Ende erhabener, die Meinung heiliger ſeyn.

7. Das weltliche oder bürgerliche Faſten. Bei den Holländern, wie auch an andern Orten, iſt es öffentliches Geſetz, daß an gewiſſen Tagen in der Woche die Fiſche den Vorzug haben und kein Fleiſch aufgetragen werde. Dieß geſchieht, um einen doppelten Schaden zu verhindern. Erſtens damit durch das tägliche Schlachten nicht endlich Mangel an Maſtvieh entſtehe, dann auch um eine ſo große Menge Fiſche leichter zu verkaufen. So ſchont eine kluge Haushaltung des Viehes und weiß auch die Fiſche anzubringen. Dieß iſt kein übles Faſten. Iſt es aber ein ſolches, das der Herr ſich erwählt hat? Wenn nun die weltliche Obrigkeit ein ſolches Recht über die Bürger hat, warum ſollte dieſes den Biſchöfen über ihre Heerden

nicht geſtattet ſeyn? Um das Vermögen zu ſchonen, muß man des Fleiſches entbehren, ſollte man nicht um des Heiles der Seele willen ſich mäßigen können? Das iſt ein Faſten, welches der Herr erwählt hat, wenn man ſich der Speiſen enthält, um den Leib zu kaſteien, die Sünden zu büſſen, das Verdienſt zu mehren, den Zorn Gotes auszuſöhnen, beſſer beten zu können, den Himmel zu erlangen. Was der Herr ſich erwählt hat iſt weit vorzüglicher, als was die Welt. Fürwahr, die Niniviten haben nicht deßwegen gefaſtet, daß ſie ihrer Schaafe und des Butters, des Mund-Speiſevorraths ſchonten, ſondern auf daß ſie bei dem erzürnten Gott wieder zu Gnaden kämen, um mit gewaffneten Gebeth den Himmel zu erobern. Denn das Faſten iſt nicht eine Krämerſache, daß wir, indem wir nicht eſſen, reich werden ſollten, ſondern daß der Arme für dich eſſe was du hätteſt eſſen wollen, und dir ein doppelter Vortheil daraus erwachſe, nämlich daß du faſteſt, und daß ein anderer durch dich nicht Hunger leidet. Dieß iſt ein Faſten das der Herr erwählt hat. Bekehret euch zu mir von ganzem Herzen, mit Faſten, mit Weinen und Trauern.

§. 3.

8. Das gezwungene Faſten. Es giebt verſchwenderiſche Menſchen, die ihr väterliches Gut vertrinken, mit Zechen all ihr Vermögen durchjagen und ein Protervia *) bringen, ſo daß ſie zuletzt nichts mehr zu le-

*) Preteroia war ein Opfer dem Vulkan zu Ehren, wo

ben haben. Dieſe haben zwar einen hungrigen Magen, hurtige Zähne, auch einen guten Weinkeller im Bauche, aber die Spinnen niſten im Beutel und man hat keinen Rauch in der Küche zu befürchten, da immer Faſttag iſt. Sie mögen wollen oder nicht, ſie müſſen faſten. So fing der verlorne Sohn zu faſten an, nachdem er ſein Gut durch ein luxuriöſes Leben verpraßt hatte. Wer zu koſtſpielig frühſtückt, mag wieder faſten, ebenſo bringt ein köſtliches Mittagsmahl einen Faſtabend.

Andere haben zwar ihr Gut nicht durchgejagt und verpraßt, und ſtecken doch in Armuth, leben ohne Haus und Heerd, während der Bauch immer voll trocknen Sandes iſt. Dieſe faſten ſehr wohl, wenn ſie ihr unglückliches Geſchick überdenken, ſich in das was ſich nicht anders machen läßt, fügen, und was Gottes Wille iſt, mit Geduld tragen. Gott ſchickt oft dieſes Faſten denen, die es am wenigſten begehren.

Indem ich dieſes ſchrieb ward ganz Deutſchland durch unaufhörlichem Krieg erſchöpft und es fing hernach an eine Hungersnoth auszubrechen und viele Menſchen ſtarben vor Hunger; viele Opfer forderte auch die Peſt (Luc. 23. 41). Und uns geſchieht recht, denn wir empfangen was wir verdient. Durchwandere Deutſchland und betrachte die täglichen Trinkgelage, die immerwährenden Gaſtereien, das Tag und Nacht fort-

---

alles mußte verbrannt werden. Daher braucht man dieß Beiſpiel von den Verſchwendern.

dauernde Zechen, die wohlgedeckten Tafeln, die ausgeſuchteſten Speiſen, eine Anzahl von Gerichten, daß man darüber erröthen ſollte, das Schaugepränge, den Ueberfluß beim Nachtiſch, das Backwerk und Eingemachte, ſo wirſt du finden, daß wir alles Maaß und Ziel überſchreiten. Man hat zwar beſtimmte Gaſtgeſetze, ſie werden aber nicht gehalten; es kommt oft theuer, wer fragt darnach? Ueber eine beſtimmte Taxe, auf die Mahlzeit geſetzt, lacht man nur: öffentliche Gelage in Wirthshäuſern werden abgeſtellt und heimliche angeſtellt. Vom Faſten will ich gar nicht reden, denn dieſes wird entweder gar nicht, oder nur aus Zwang gehalten. Alſo wird endlich der Herr der Heerſchaaren, der Gott Zebaoth gezwungen, die Widerſpenſtigen zu ſtrafen. Als ob er ſagte: Was ihr nicht freiwillig thun wollet, das thut doch wenigſtens gezwungen. Es ſind mir zwar die freiwilligen Opfer am angenehmſten, doch ſind mir die gezwungenen nicht unangenehm, wenn ſie nur die Geduld zur Begleiterin haben. Darum laſſet uns dem Herrn ein freiwilliges Opfer bringen, laſſet uns von freien Stücken faſten zu unſern Verdienſten damit wir nicht zum Faſten durch Strafe gezwungen werden.

VIII. Kapitel.

Fernerer Unterſchied des Faſtens.

Wir haben damit begonnen, von den verſchiedenen Arten des Faſtens zu ſprechen. Dieſer Faden ſoll nun

Digitized by Google

fortgeſponnen werden. Acht Arten desſelben wurden bereits angegeben nun weiter.

§. 1.

9. Das alte heidniſche Faſten. Der alte Komiker ſagt gar oft von Faſt- und Feiertagen. Der Teufel, der Affe Gottes, hat auch unter den Götzendienern ſein Faſten gehabt. Wer ein Prieſter des Iſis werden werden wollte, mußte zuvor zehn Tage faſten. Amphiaraus hielt dafür, der Prieſter müſſe, wenn er eine kleine Prophezeihung und Antwort entweder geben oder erhalten wollte, einen ganzen Tag faſten und drei Tage des Weines ſich enthalten. Bei den Troczeniern enthielt ſich ein Jeder der bei dem Grab des Ardalus einen Orakelſpruch vernehmen wollte, einen Tag der Speiſe und drei Tage des Weines, wie Alexander von Neapel bezeugt. Die Tarentiner waren, wie Aelianus erzählt, von den Römern belagert und fürchteten ſich ſehr in ihre Botmäßigkeit zu gerathen. Deßwegen legten ſich ihre Bundesgenoſſen, die Rheginer, auf jeden zehnten Tag ein Faſten auf und überſchickten die dadurch erſparten Nahrungsmittel den Tarentinern. Da nun die Römer von der Belagerung abſtanden, ward zu Tarent alljährlich zur immerwährenden Erinnerung ein feierliches öffentliches Faſten angeſtellt. Faſtet man für den Teufel, warum faſten wir nicht auch für Gott?

10. Das Faſten der Türken. Muhamed hat befohlen: jährlich einen eigenen ganzen Monat hindurch

Digitized by Google

(Raimadan genannt) zu faſten, und zwar um ſeine Dankbarkeit zu bezeigen, weil er in dieſem Monat das Geſetz empfangen. Nur die Kranken und Reiſenden ſind davon ausgenommen. Doch werden ſie nicht davon vollkommen freigeſprochen, denn wenn die Reiſe oder Krankheit vorüber iſt, ſind ſie dazu gleich den übrigen verbunden. Dann büßt man durch ein zweimonatliches Faſten einen Mord, den man an einem frommen Manne begangen. Ein Kranker der nicht faſten kann, muß dafür Almoſen geben und außerordentlich ſtrenge Diät halten. So erzählte mir der durchlauchtigſte Fürſt Radzivill, der das gelobte Land durchwanderte. Auch fangen, wie derſelbe beifügt, die Türken ihr Jahr mit Faſten an, ſobald ſie im September den neuen Mond erblicken, und dieß währt bis zum neuen Licht im Oktober. Einige Tage vor dem Anfang dieſer großen Faſten ſtecken ſie alle Thürme von unten bis zur oberſten Spitze voll Ampeln an, die ſie nach Sonnenuntergang anzünden. Dieſes gewährt in einer großen Stadt wie Kayro iſt, einen herrlichen Anblick. Während dieſer Zeit enthält man ſich den ganzen Tag der Speiſe, ißt aber Abends ſo viel als man nur kann und mag, wenn nur eine Stunde vor Sonnenaufgang wieder aufgehört wird.

11. Das melancholiſche Faſten, welches aus Kummer und Traurigkeit entſpringt. Der König Aſſuerus war voll Unmuth und in Traurigkeit und Tiefſinn verſenkt konnte er dieſelbe ganze Nacht nichts ſchlafen (Eſther. 6. 1). Weil er nämlich wenig zu Nacht ge-

geſſen, darum folgte wenig, ja gar kein Schlaf. Die Urſache ſeines Faſtens war alſo Schwermuth und Traurigkeit. Achab, König der Hebräer, wollte des Naboths Weinberg für ſich kaufen, und da er eine abſchlägige Antwort erhielt, kam er voll des Unwillens in ſein Haus und knirſchte mit den Zähnen über dieſe Rede des Jezraheliten Naboth (III. Reg. 21, 4). Ich gebe dir das Erbtheil meiner Väter nicht. Er warf ſich auf ſein Bett hin, kehrte das Geſicht gegen die Wand und aß nichts. Fürwahr ein ſolches Faſten hat ſich der Herr nicht erwählt. Beſſer lernte Achab faſten, da er ſich ſelbſt beſtrafte, darum zeigte ihn auch der Herr dem Elias: „Haſt du nicht geſehen, wie ſich Achab vor mir gedemüthiget hat? (denn er bedeckte ſein Fleiſch mit einem härenen Kleid, faſtete und ſchlief im Sack und gieng einher mit gebeugtem Haupte) weil er ſich nun um meinetwillen gedemüthiget hat, ſo werde ich kein Unheil über ihn verfügen ſo lange er lebt (ibid. 29).

Als die oberſten Befehlshaber des Königs Darius durch heimliche neidiſche Kunſtgriffe es ſo weit gebracht hatten, daß der unſchuldige Daniel den Löwen zur Speiſe vorgeworfen wurde (Dan. 6. 18): da gieng der König nach Hauſe, aß nichts und legte ſich ſchlafen. Er ließ ſich nicht eine einzige Speiſe auftragen; er konnte aber auch nicht ſchlafen. Darius hatte Acht auf ſeine Geſundheit (merke dir's Leſer), da er, ſo lange an ſeinem Herzen Traurigkeit und Kummer nagte, keine Speiſe zu ſich nahm. Denn wenn das

Digitized by Google

Gemüth von Schmerz, Sorgen, Kümmerniß und dergleichen heftigen Bewegungen aufgeregt wird, iſt das Eſſen ſehr ſchädlich. Die Nahrung die man da nimmt, wird beinahe zu Gift. Es iſt rathſamer, gar nicht zu Mittag oder zu Nacht zu eſſen, als in ſolcher Gemüthsbewegung zum Nachtheile der Geſundheit Speiſe zu genießen. Will man den Leib durch Speiſe erquicken, ſo ſoll das Gemüth frei ſeyn von Kümmerniß und ſchweren Sorgen.

§. 2.

12. Das abergläubiſche Faſten. Man findet Leute, die ein Tiſchteller worauf Fleiſch gelegen, einen Hafen worin Fleiſch geſotten worden, auf einen Faſttag durchaus nicht gebrauchen wollen. Denen möchte ich rathen, ſie ſollten ſich alle Fleiſchzähne, die das Fleiſch ſo gierig zermalmen, ausreiſſen laſſen, damit nicht ihrer Frömmigkeit am Freitag und Samstag Scrupeln kommen. Das iſt Aberglaube, übertrieben. So giebt es auch einige die auf Oſtern und einige andere Tage in der beſondern Abſicht faſten, um das Jahr über vom Fieber verſchont zu bleiben. Das iſt ein offenbarer Aberglaube und übertrieben. Darum verdammt dieß auch Paulus (Col. 2. 22): Dieß alles gereicht zum Verderben, wenn man es ſo gebraucht nach dem Menſchengeboten und Menſchenlehren. Man darf das ganze Jahr hindurch täglich faſten, wenn es nur nicht aus Aberglauben geſchieht. Faſten und zugleich Gott bitten, daß er das Fieber abwende, den Schmerz lindere,

Digitized by Google

die Krankheit heile, das iſt gottſelig und chriſtlich. Aber irgend ein dem Anſcheine nach heiliges Mittel unter gewiſſen Bedingungen gebrauchen und ſich davon zuverſichtliche Hilfe wider das Fieber oder andere Krankheiten verſprechen, das iſt nichtig, lächerlich, Menſchenlehre und Aberglaube.

13. Das Faſten aus Zorn. Es geſchieht faſt täglich, wenn die Eltern die Kinder, die Männer ihre Weiber, die Herren die Diener, erzürnen und in Harniſch bringen, daß ihnen die Galle überſchießt, und ſo weiſen die Kinder, die Weiber und Diener mit Widerwillen die Speiſen von ſich und wollen nichts eſſen. Es ärgert oft einer den andern ſo ſehr, daß man gar nicht zu Tiſche geht und keine Speiſe nimmt. Hier ſind zwei Stücke zu bemerken. Erſtens, ſo lange der Zorn oder eine andere heftige Gemüthsbewegung anhält, iſt es das beßte, der Speiſe ſich zu enthalten; denn was oben von der Traurigkeit und Kümmerniß geſagt wurde, das gilt mit allem Recht auch vom Zorn, als einer heftigen Gemüthsbewegung; die Nahrung verwandelt ſich in Gift, wenn ſie im heftigen Zorn genoſſen wird. Will ſich dieſer nicht legen, ſo enthalte dich doch wenigſtens der Speiſe. Bevor du etwas nimmſt ſorge:

Daß ſich des Zornes wilde Wellen
An deinem Chriſtenſinn zerſchellen.

Das Faſten iſt hier das ſicherſte und beßte, du magſt es nun um der Geſundheit oder um des Him-

Digitized by Google

melreiches willen üben; aber das Faſten wird wenig Werth haben, wenn die Abſicht böſe iſt. Es iſt der chriſtlichen Tugend eigen, das auflodernde Feuer des Zornes zu löſchen, den Mund zu Worten der Sanftmuth zu öffnen, Geſicht und Miene, ſo viel möglich heiter und fröhlich zu zeigen, und ſo zu Tiſche zu gehen, denn wird der Zorn durch ſolche Mittel nicht überwunden, ſo ſchlagt er nach und nach ſo tiefe Wurzel, daß ſie ſchwer mehr auszurotten ſind. Die Apoſtelgeſchichte erzählt uns, daß ſich mehr denn 40 Juden voll grimmigen Haſſes und blinder Wuth gegen Paulus miteinander verſchworen und in gotteslaſterlichen und vermeßnem Eide verbindlich machten, weder Speiſe noch Trank zu nehmen, bis ſie den Apoſtel getödtet hätten (Act. 23. 12). Sieh' ein zorniges Faſten und ein Faſten aus Rache, und darum ein ſehr arges Faſten. »Iſt dieß ein Faſten, das der Herr erwählt?« (Iſa. 58. 5).

§. 3.

14. Das todte oder mangelhafte Faſten. Todt nennen wir was keine Seele hat — wo die rechte Meinung fehlt. Das Faſten mag noch ſo ernſtlich, ſo ſtrenge, ſo anhaltend ſeyn, wenn die rechte Abſicht dabei fehlt, ſo iſt es verwerflich und todt. Eine üble Abſicht verdirbt auch die allerbeßten Werke. Mancher faſtet und lebt ſehr dürftig, nicht aus Tugend, ſondern damit es heiſſe, er eſſe ſo wenig, und deßhalb ihm Lob zu Theil werde. Ein anderer faſtet, aber aus Neugier, um

etwas was ihm neu und ſeltſam iſt zu ſehen und zu hören, vergißt er auf das Eſſen und leidet gerne Hunger. Dieſes Faſten iſt gerade nicht zu verwerfen, aber es iſt halt doch nur ein Faſten aus Neugier. Ein anderer faſtet aber nur um einen muthwilligen und luſtigen Streich auszuführen; das iſt ein Faſten aus Bosheit. So leidet der Jäger gerne Hunger wenn er dem Wilde nachſtellt, der Diener, wenn er trockenen Mundes vor der Tafel ſteht, der Buhler, wenn er das Haus ſeiner Geliebten mit Saitenſpiel ergötzt, der Fiſcher indem er von einem hohen Felſen aus mit der Angel den Fang erwartet, der Spieler den die Begierde zu gewinnen antreibt, und ſehr viele andere die entweder Gewinn oder Vergnügen treibt. Iſt aber dieſes ein Faſten, das der Herr erwählt? Sieh' nur auf den Zweck oder die Abſicht, und du wirſt finden, daß ſie mangelhaft, todt ſey. Wie die Wurzel, ſo die Aeſte.

Zu dem mangelhaften Faſten rechne ich auch das übermäßige, wenn Jemand auf die letzten drei Tage der Frühlingsfaſten, oder ſonſt auf außerordentliche Weiſe ſich Abbruch thut, und dann wieder auf einmal den Magen ſo überladet, daß er krank werden möchte. Das iſt nicht gut für den Geiſt, und der Geſundheit nachtheilig. Alles geſchehe mit Ueberlegung und Verſtand. Ein plötzlicher und zu heftiger Regen verdirbt den Acker mehr als er ihn bewäſſert. Einem muthwilligen Pferd muß man das Futter ſo beſchränken, daß es doch auch zur Arbeit gebraucht werden könne. Durch das Faſten ſoll man nicht ſo faſt das Fleiſch

Digitized by Google

ſelbſt als vielmehr ſeine böſe Begierlichkeit ſchwächen. Hieronymus zieht einen fortwährenden mäßigen Hunger einem dreitägigen Faſten vor. Wird ein Eſel unterwegs ſo müde, daß er nicht mehr weiter kann, ſo ſucht er ausgeſpannt zu werden. Eben ſo ſucht ein zu ſehr geſchwächter Leib Müßiggang und Erquickung. Werden die Saiten zu hoch geſpannt, ſo ſpringen ſie ab; läßt man ſie zu viel nach, geben ſie entweder gar keinen oder einen übel klingenden Ton. Das Faſten gefällt Gott, es muß aber in der gehörigen Weiſe und nicht über Maß und Ziel geſchehen. Hieronymus lehrt hierüber ſo: Iß' jederzeit ſo, daß du immer Hunger habeſt, daß du gleich nach eingenommener Mahlzeit wieder leſen, beten, ſingen kannſt.

15. Das gottſelige, wahre und heilige Faſten. „Das Gebet iſt gut, beſonders mit Faſten und Almoſen“ (Tob. 12. 8). Was ſoll man aber thun, damit das Faſten ein wahres und geiſtliches ſey, das der Herr erwählt hat? Was thun wohl die, welche eine Stadt erobern wollen? Sie überfallen ſelbe mit Gewalt und im Sturm. Die unwiderſtehlichſte Gewalt und der furchtbarſte Sturm iſt aber der, wenn die Stadt durch Hunger zur Uebergabe genöthiget wird. Ein offner Angriff auf den Feind koſtet gewöhnlich vieler tauſend Menſchen Leben und erreicht doch oft ſeinen Zweck nicht. Der Hunger iſt eine Macht, die zwar langſamer, aber unfehlbar und unwiderſtehlich den Feind bezwingt. So handelt auch weiſe, wer durch mäßiges Faſten die untern Seelenkräfte den höhern un-

terordnet, und den Muthwillen des Fleiſches überwindet. Einige faſten in der Charwoche ſehr ſtrenge und leben das ganze übrige Jahr in Saus und Braus, was Niemand gut heißen kann. Belagere die Burg, die du gerne in deine Gewalt bekämeſt, belagere ſie und zwinge ſie durch Hunger zur Uebergabe; ſuche deiner ſinnlichen Natur Meiſter zu werden durch Mäßigkeit und fortgeſetztes Faſten. Laß die Magd dienen und die Frau befehlen: laß den Leib unterthänig ſeyn und nicht regieren: bezähme ihn durch mäßigen Hunger. Sein Muthwille wird durch Faſten beſiegt werden. Zu dieſem Ende ſollen folgende drei Lehren dienen:

§. 4.

Die erſte iſt die Diät im Eſſen und Trinken, halte dich an ein beſtimmtes Maaß und behalte es bei. Es iſt nicht gut, bald viel, bald wenig, bald über die Gebühr zu eſſen, es ſoll im Genuß der Speiſen eine Gleichmäßigkeit ſtattfinden. Doch ſoll dieſe Rückſicht nicht ausgeſchloſſen ſeyn, daß man nach einem ſplendiden Mittagsmahl das Abendeſſen beſchränke. Doch hievon wird noch weitläufiger die Rede ſeyn. Hier diene nur jener Ausſpruch des Seneka als Warnung von höchſter Wichtigkeit: „Ein jeder ſoll wiſſen, wie viel ſein Magen vertragen könne und darnach ſich beſtimmen. So viel Speis und Trank genügt zum Mittags= ſo viel zum Nachtmahl, alſo wirſt du geſund bleiben: Was darüber iſt, iſt Ueberfluß. Bei dem

mußt du dann bleiben, dieſes ſey dein Maß.“ Hören wir was Chryſoſtomus bei dieſer Gelegenheit ſagt, indem er uns ermahnt alles Uebermaß zu meiden. Willſt du den Leib geſund erhalten, ſo meide den Ueberfluß: gieb ihm ſo viel, daß er genug habe, ohne daß die Verdauung verhindert wird, überlade ihn nicht. Nichts reizt mehr zur Wolluſt als der Verdauungsprozeß einer zu köſtlichen Speiſe.

Frugale Hausmannskoſt iſt nahrhaft und geſund; übertriebene Ueppigkeit bringt Schaden, Krankheit und Eckel. Es giebt auch noch andere über die ſich Auguſtinus beklagt: Mancher hält mehr ein geſchleckiges vierzigtägiges Faſten, als in Abtödtung; ſtatt die Lüſte zu kaſteien, weiß er durch verſchiedenartige Zubereitung von mancherlei Früchten ſeinen Gaumen zu kitzeln und ſeinen Geſchmack zu befriedigen. Die Fleiſchtöpfe ſchafft er als unrein bei Seite, den Uebermuth des eigenen Fleiſches bändiget er nicht, und tödtet nicht ab ſeine böſe Begierlichkeit. Er faſtet nicht um ſeiner Eßluſt einigen Abbruch zu thun, ſondern vielmehr um durch den Aufſchub den Appetit zu vermehren. Wenn dann die Zeit, wo er ſich wieder ſatt eſſen darf, herbei kommt, fällt er über die wohlgedeckte Tafel her, wie das Vieh über die Krippe, und füllt den Bauch wie einen Wollſack. Er genießt von künſtlich zubereiteten Speiſen mehr als ſein Magen, das Faſten gewohnt, vertragen kann. Manche trinken auch keinen Wein, dafür aber wird Aepfelmoſt oder andere Getränke aufgeſetzt, und zwar nicht der Geſundheit ſondern des

Vergnügens halber; ſo wird das Frühlingsfaſten nicht eine Zeit der Abtödtung, ſondern Veranlaſſung zu verſchiedenen neuen Erfindungen der Wolluſt.

Wäre es nicht viel zweckmäßiger, wenn derjenige welcher wegen Blödigkeit des Magens das Waſſer nicht vertragen könnte, etwas Wein zu ſich nähme? Was iſt aber ungereimter, als eben zu der Zeit, wo das Fleiſch mehr ſoll im Zügel gehalten werden, ihm ſo viel Annehmlichkeit zu verſchaffen, daß dem Gaumenkitzel auch in dieſer 40tädigen Frühlingsfaſten nichts verſagt wird? Was iſt ſchlimmer, als zur Zeit der Bußtrauer, da Jedermann nur wenig Speiſe zu ſich nehmen ſollte, ſo leben, daß wenn man es immer ſo machen würde, das ganze Vermögen zu Grunde gehen müßte? Hütet euch meine Lieben hievor und vergeſſet nicht was geſchrieben ſteht (Syr. 18. 30): „Folge nicht deinen böſen Lüſten.“ Wenn ein ſolch heilſames Gebot zu allen Zeiten beobachtet werden ſoll, um wie viel mehr an ſolchen Tagen, wo es ſo verabſcheuungswürdig iſt, den Begierden freie Zügel zu laſſen, ja ſogar neue zu erſinnen, da doch mit Recht getadelt wird, wer die gewöhnlichen nicht beherrſcht.

Die andere Lehre iſt dieſe: der Hunger führe uns zu Tiſch, der Hunger würze die Speiſen. Zu Tiſche gehen, wo gar keine oder doch nur geringe Luſt zu eſſen vorhanden iſt, wäre nicht nur überflüßig ſondern auch ſchädlich. Warum ſoll ich dem Pferd zum zweitenmal Futter geben, wenn es das erſte noch nicht aufgezehrt hat? Neue Speiſe nehmen, wenn die kurz

Digitized by Google

vorher genoſſene noch nicht verdaut iſt, diente nicht zur Nahrung, ſondern wäre vielmehr ſchädlich und Gift. Hierin fehlen Tauſend, ja Hunderttauſend täglich unzähligemal, ſowohl Geſunde als Kranke. Es wäre nicht ſchwer, viele Kranke zu finden, die nicht eſſen, ſondern ſich überladen: denn jetzt bringt man ihnen das Frühſtück, dann das Mittagsmahl, dann die Collation, weiters das Nachteſſen und endlich ein Schlafſtück: jetzt ein Brühlein, dann ein Breilein, dann ein wenig Kraut, kleine Fiſchlein, oder ein Flügel von einem guten Huhn. Einmal einen Saft, dann ein geiſtiges Getränk, wieder ein Latwerg, Meth, Beeren oder eingemachte Kirſchen, wenn es ſie gleich aneckelt. Eine Geſchäftigkeit in Liebesdienſten, die aber ſchädlich iſt und von wenig Verſtand zeigt. Wenn iſt ein ſo überladener Magen leer? Aber man ſagt, die Kräfte des Kranken müſſen durch öftere Nahrung geſtärkt werden. Man pflegt auch andern die einen blöden Magen haben und nicht Hunger leiden können, zu rathen, um ſieben Uhr Morgens zu frühſtücken, Mittags ihr Mahl einzunehmen, Abends etwas weniger zu eſſen, um die Nacht hindurch ruhig ſchlafen zu können. Dieſe handeln zwar nicht thöricht, aber man betrügt ſich gar oft zum eigenen Schaden. Ich halte dafür, man ſoll einem Kranken nicht leicht mehr als drei- höchſtens viermal den Tag über mit Nahrung laben: und letzteres möchte ich ſchon ſehr wenigen erlauben. Darauf kommt es wahrlich nicht an, wie viel man Speiſe nimmt, ſondern wie die genommene verdaut wird.

Digitized by Google

Wenig Brühe und ein paar friſche weichgeſottene Eier genügen einem Kranken für einen ganzen Tag, wenn er ſie nur wohl verdaut.

Erlaubet mir gnädig ihr hochgelehrten Männer, ihr berühmteſten Aerzte, daß ich es ſage, wie nicht wenige unter euch, theils aus Unwiſſenheit, theils aus zu großer Nachſicht gegen ihre Kranken fehlen. Ich kenne Kranke, und zwar aus vornehmen Stande, denen man des Tages ſechs- oder ſiebenmal etwas darreichte. Morgens 5 Uhr machte den Anfang eine Brühe von einem geſottenen Huhn. Um 7 Uhr kam ein Süpplein. Darauf folgt das Mittagsmahl für einen ſchlechten Magen nur zu delikat. Darneben ſtand dann eine Flaſche ſtarken, ungewäſſerten Weines, für einen Kranken Gift. Um 3 Uhr Nachmittags wurde eine Brühe aufgetragen, wenige Stunden darauf das Nachteſſen, aber viel zu üppig. Nach einer oder anderthalb Stunden folgte endlich ein Schlafſtücklein oder ein paar Eier. Wie wird denn was immer für ein Magen, zumal der eines kranken Menſchen ſo viele Brühen und Speiſen vertragen können? Legt einen Geſunden in's Bett, laßt ihn ſtill liegen und ſo viel und mancherlei Sachen genießen, gewiß wird er zuletzt krank werden. Was wird erſt der Fall ſeyn bei einem der ſchon wirklich krank iſt? Durch Hunger und Entbehrung greift man jegliche Krankheit weit ſicherer an. Den Magen ſoll man mit Speiſe nicht anfüllen, überladen, beſchweren. Man verzeihe mir, daß ich es ſage: Wir kommen mit unſerm Eſſen viel zu früh in's Grab. Das gilt be-

Digitized by Google

ſonders von den Kranken. Den Geſunden ſage ich nichts anders: der Hunger führe ſie zum Tiſch, der Hunger würze ihre Speiſen. Man ſoll keine neue Speiſe zu ſich nehmen bis die vorige verdaut iſt. Die Speiſe welche der Magen aufnimmt, da er noch mit der vorigen zu thun hat, iſt keine Nahrung, ſondern Schaden und Gift. Verdaue zuvor: darnach nimm wieder etwas zu dir. Wie man nun nicht zu Tiſche gehen ſoll, es gehe denn der Hunger vorher, ſo ſoll man auch vom Tiſch aufſtehen, ehe der Hunger gänzlich geſtillt iſt, damit wenigſtens noch Luſt zu eſſen übrig bleibe. Es iſt überaus geſund den Hunger nie vollkommen zu ſtillen.

Die dritte Lehre iſt, daß man im Kalender die Faſttage aufſuche. Nicht allein das Gebot der Kirche, ſondern auch die eigene Bußfertigkeit nnd Frömmigkeit ſoll uns beſtimmen, gewiſſe Tage einzuhalten, wo wir durch Enthaltſamkeit ſowohl unſerer Geſundheit als dem Geiſte einen heilſamen Dienſt erweiſen. Das Mittagsmahl iſt gewöhnlich zu luxuriös, und um nun dieſe Sünde auszuſühnen, ſoll ein oder der andere Tag geſetzt werden, wo man Abends entweder gar nichts oder nur wenig ſpeiſt. Jener Ermahnung Auguſtins ſollen wir dabei beſonders gedenken: „Nimm die Speiſe wie eine Arznei, mit beſtimmten Maaß, Gewicht und zu beſtimmter Zeit. Fürwahr, einen Schlaftrunk oder übergüldete Pillen aus der Apotheke nimmt man nicht aus Luſt, ſondern um der Geſundheit willen.

Wenn man ferners die Faſttage im Kalender auf-

Digitized by Google

ſucht, wird man ſich dabei zu erinnern wiſſen, daß der Freitag oder Samstag ſo wie die Vortage der Heiligen durch Faſten zu ehren ſeyen. Denke, dieſer Tag iſt dem Leiden Chriſti geheiligt; thue dir, Chriſto zu Ehren etwas Abbruch an Speiſe; faſte. Denke, dieß iſt das Feſt der Reinigung; faſte der Jungfrau Maria zu Ehren. Denke, dieß iſt das Vorfeſt eines Märtyrers, faſte dieſem unerſchrockenen Glaubenshelden zu Ehren. Mache dir, wie Chriſtus ermahnet, die Heiligen im Himmel zu Freunden, nicht durch Zechen ſondern dadurch, daß du ſie durch Faſten nachahmeſt. Beſonders wirſt du ſie dir zu Freunden machen, wenn du einem Armen oder Kranken überſchickſt was für dich wäre beſtimmt geweſen. Ein ſolches Faſten iſt Gott ungemein wohlgefällig, wenn man mit dem was man ſich entzieht, einen Armen erquickt und beglückt. Ich ſchließe mit den gut gewählten Worten des Chryſologus: Selig ſind die jetzt hungern. Das Faſten giebt Friede dem Leibe, iſt eine Zierde den Gliedern, des Lebens Ehre. Das Faſten verleiht Stärke dem Gemüthe, der Seele Kraft. Das Faſten iſt die Mauer der Keuſchheit, ein feſter Thurm der Schamhaftigkeit, die Stadt der Heiligkeit. Faſten iſt das unüberwindliche Feldherrnpanier des chriſtlichen Feldlagers. Faſten iſt der Laſter Tod, der Tugend Leben.

Digitized by Google

IX. Kapitel.

Urſprung der 40tägigen Faſten, wie heilig es verbinde.

Anthaeas, König der Scythen ſchrieb, wie Plutarch erzählt, an Alexander König von Macedonien und ſchloß mit den Worten: du haſt zwar den Männern in Macedonien zu befehlen, daß ſie gegen den Feind ſtreiten; ich aber den Scythen, die nicht nur gegen Hunger und Durſt ſtreiten, ſondern auch mit Geduld überwinden können. Er wollte ſagen: Du biſt verloren, König der Macedonier, wenn du nicht allzeit Proviant vorräthig haſt: meine Scythen ſind in dieſem Stücke viel abgehärteter, ſie haben gelernt, Hunger nnd Durſt zu leiden.

Bei uns Chriſten iſt es ein allbekannter Grundſatz, daß Niemand für weiſe zu halten ſey, der nicht ſeine Luſt bezähmen, ſeinem Gaumen befehlen, ſich ſelbſt verläugnen könne. Noch gar ſchwach, ungelehrt und thöricht iſt, wer nicht einmal ſeine Eßluſt beherrſchen kann. Dieſes lehrt uns Faſten und Mäßigkeit, wie wir bisher gezeigt.

Wir haben verſchiedene Arten des Faſtens angegeben. Jetzt erübrigt noch zu erzählen, wie das vierzigtägige Faſten entſtanden ſey, und in welch' hohem Anſehen es damals ſtand.

Digitized by Google

§. 1.

Die große Frühlingsfaſten, oder jene Wochen welche der jährlichen Gedächtniß des Leidens und Sterbens Chriſti vorhergehen, fieng man ſchon beim Entſtehen der Kirche, zu Zeiten der Apoſtel zu halten an. Hierin herrſcht nur eine Stimme und die größte Einhelligkeit unter den alten Vätern. Vor andern bezeugen dieſes: Origenes, Baſilius, Ambroſius, Auguſtinus, Hieronymus, Chryſoſtomus, Leo, Bernhardus und andere.

Der tiefgelehrte und ſehr heilige Auguſtinus, den ich Ehren halber mit Recht voranſetze, deſſen Bücher ich auch beſonders ehre uud liebe, Auguſtinus ſage ich, eine Perle unter den alten Vätern, ſpricht vom himmliſchen Lichte erfüllt, vom vierzigtägigen Faſten alſo: „Fürwahr, das Anſehen der viezigtägigen Faſten ſchreibt ſich ſchon her aus dem A. T. wo Moyſes und Elias faſteten und aus dem Evangelium, wo der Herr eben ſo viele Tage faſtete, um zu zeigen, daß das Evangelium dem Geſetz und den Propheten nicht entgegen ſey. Und auf welche Zeit ſollte man das vierzigtägige Faſten füglicher verlegen können, als auf jene, die dem Leiden des Herrn vorangeht? denn es wird in ſelber hingewieſen auf das was der Herr gelitten, ausgeſtanden und entbehrt hat, und da muß man faſten.“

Dieß beſtätigt der nämliche Heilige weiter; denn man hat nicht umſonſt vierzig Tage als Faſtenzeit anberaumt, da Moyſes und Elias, ja der Herr ſelbſt ſo lange gefaſtet haben. Zur Zeit des vierzigtägigen

Faſtens wurde in der Kirche das Faſtengebot ſtets am getreueſten gehalten. Darum ſteht auch von den Niniviten bei dem Propheten Jonas geſchrieben: Vierzig Tage noch und Ninive wird untergehen. Daraus können wir abnehmen, daß ſie ſo viele Tage als zur Verdemüthigung und Bekenntniß der Sünden geeignet ſeyen, Buße gethan, durch Faſten ihre Sünden gebüßt, und dadurch Gnade bei Gott erlangt haben.

Hierüber ſpricht ſich auch Auguſtinus weiter aus, wenn er wider Fauſtus den Manichäer ſchreibt: „Nicht die Ketzer, ſondern die katholiſchen Chriſten enthalten ſich, um den Leib zu bezähmen, und die Seele im Gebete deſto mehr zu demüthigen, ſowohl des Fleiſches, als auch einiger Erdgewächſe (aber keineswegs als ob ſie ſolche Dinge für unrein hielten), entweder für immer, wie dieß nur bei wenigen der Fall iſt, oder an gewiſſen Tagen und Zeiten, wie es die vierzigtägige Faſten über gewöhnlich geſchieht, je nach dem Willen und der Möglichkeit eines Jeden. Ihr aber ſaget, die Kreatur ſelbſt ſey nicht gut, ſondern unrein, weil der Satan das Fleiſch ſchuf aus der dichteſten Materie des Böſen, und deßhalb verwirft ihn ſie mit Abſcheu als unreine und gräuliche Bande eures Gottes.“

Derſelbe Auguſtinus ermahnt zu Anfang der vierzigtägigen Faſten ſeine Zuhörer auf das nachdrücklichſte: „Sehet meine liebſten Brüder, mit Gottes Gnade hat ſich die Zeit der vierzigtägigen Faſten wieder genaht, darum bitte ich meine Allerliebſten, daß wir dieſe Ta-

ge, die für den Leib geſund, und der Seele heilſam ſind, mit der Hülfe Gottes ſo heilig und geiſtlich zubringen, daß ſie uns nicht zum Gerichte, ſondern zur Beſſerung gereichen mögen; denn wenn wir dieß unbeachtet laſſen, wenn wir weniger arbeiten, wenn wir die Keuſchheit nicht halten, wenn wir mit Faſten, Beten und Wachen nicht anhalten, wenn wir die hl. Schrift entweder nicht leſen, oder andere, die ſie leſen, nicht gerne hören; werden die Arzneien ſelbſt zum Gifte, nnd zum Schaden werden, und was uns zum Heile hätte dienen ſollen, wird uns zum Gerichte ſeyn. Und darum bitte ich euch, liebſte Brüder, ſtehet etwas früher auf, kommt beſonders um die dritte, ſechſte und neunte Stunde zuſammen. Keiner entziehe ſich dem heiligen Dienſte, wenn nicht Schwäche des Leibes, das allgemeine Wohl, oder ſonſt eine große und unvermeidliche Nothwendigkeit ihn hindert. Die unſelige Sucht nach Ergötzungen, die noch weit üblere Befriedigung ſinnlicher Triebe bereiten nach kurzer Süßigkeit ewige Bitterkeit. Aber Mäßigkeit, Wachen, Beten und Faſten führen durch einen nicht lange dauernden Engpaß zu den Freuden des Paradieſes, wenn anders der ewigen Wahrheit zu trauen iſt, die im Evangelium ſagt: (Mth. 7. 14.) „Der Weg iſt ſchmal und enge, der zum Leben führt, und wenige ſind, die ihn finden.“ Auch währen die Freuden nicht lange, die man auf dem breiten Wege genießt, und die Beſchwerden des engen und rauhen Weges dauern nur eine kleine Weile; ihnen folgt bald das ewige Le-

Digitized by Google

ben zum Lohne, während jenen für kurzen Genuß die peinlichſte Strafe auf ewig aufbewahrt iſt. Darum auch allerliebſte Brüder ſollen wir dieſe vierzig Tage hindurch unſere Seele mit Faſten, Leſen und Gebet, dieſer nothwendigen Speiſe ſo zu ſagen für das ganze Jahr verſorgen. Denn ob ihr ſchon im Verlaufe des Jahres das Wort Gottes vielmal leſet und höret, ſoll man doch in dieſen Tagen, wo wir aus dem ſtürmiſchen und wild wogenden Meere dieſer Welt in den Hafen des vierzigtägigen Faſtens uns flüchten, ganz beſonders das Wort Gottes in ſtiller Zurückgezogenheit und ſchweigender Ruhe beherzigen, damit wir dem gnädigen Gott um des Himmels willen dienen, und was an dem Schifflein unſerer Seele das Jahr hindurch in ſo vielen Sturmgewittern, durch die Wellen der Sünden zerbrochen, verletzt, verdorben oder verloren worden iſt, in dieſen Tagen mit allem Fleiße wieder ausbeſſern und ergänzen.

So ſpricht Auguſtinus von Wort zu Wort, und ſucht dieß auch mit klaren Vernunftsbeweiſen zu belegen: „Ich bitte und ermahne euch, liebſte Brüder, daß ihr während dieſer geſetzlich vorgeſchriebenen und ſo heiligen Zeit mit Ausnahme der Sonntage nicht zu Mittag eſſet, auſſer es geſtattete die Schwachheit des Leibes das Faſten nicht; denn zu andern Zeiten iſt dieſes der Geſundheit zuträglich und verdienſtlich, aber in der vierzigtägigen Faſten wäre die Unterlaſſung dieſer Vorſchrift eine Sünde. Wer zu andern Zeiten faſtet, kann Sünden abbüßen, wer in den vierzig Ta-

Digitized by Google

gen nicht faſtet, wird Strafe verdienen. Wer durchaus nicht faſten kann, ſoll abbeſondert und allein, oder mit ſeines Gleichen ſich zu Hauſe ein Mahl bereiten, aber jene, die faſten können, nicht daran Antheil nehmen laſſen. Denn thut er dieſes, ſo wird nicht nur Gott, ſondern Jedermann leicht erkennen, daß er nicht aus Schwäche nicht faſten könne, ſondern aus Genußſucht nicht faſten wolle. Weit lieber ſollte er faſten wollen, und nur unter Seufzen und Seelenſchmerz ſollte er von der Speiſe Gebrauch machen, daß er nicht gleich den andern faſten könne. Er laſſe ſich etwas zubereiten, was für einen Kränkelnden geeignet iſt, und eſſe entweder allein oder mit einem andern, der auch ſchwach iſt; denn er darf keinen Geſunden hiezu laden, um ſich nicht fremder Sünde theilhaftig zu machen. Dafür aber, daß er nicht faſten kann, ſoll er den Armen deſto reichlicher geben, damit er die Sünden, die er durch Faſten nicht büſſen kann, deſto mehr durch Almoſen ausſühne."

Mit der nämlichen Feder ſchreibt er weiter: „Die ganze Zeit unſers Lebens ſollen wir gleichſam einen Wettlauf um die Tugenden halten und nach dem himmliſchen Siegespreis mit vollem Ernſte ſtreben. Ganz beſonders ſoll aber dieſes in der vierzigtägigen Faſten geſchehen, weil ſie der Enthaltſamkeit und Mäßigkeit gewidmet iſt, und in dem Maaße die Ausübung der Tugenden fördert, als ſie den Körper abtödtet. Die Anzahl der Tage iſt durch die kirchlichen Vorſchriften beſtimmt, und auch durch die Beiſpiele der Heiligen

Digitized by Google

empfohlen. So laſſet uns denn dieſe mit aller Freude und Bereitwilligkeit des Herzens in dieſem Sinne begehen, und die Abtödtung den koſtbarſten Speiſen und allen Wollüſten des Leibes vorziehen. Denn beſonders in dieſen Tagen, wo das Feuer der böſen Begierlichkeit gedämpft wird, werden wir angetrieben, den Willen Gottes zu erfüllen. Denn die Seele, Herz und Sinn ſuchen Gott und ſeine künftigen Verheißungen viel reiner, wenn Füllerei, Ueberfluß an Speiſe und Trank ſie nicht beſchweren und niederziehen. Daher auch der Heiland im Evangelium geſagt hat: (Luc. 21. 34, 35.) Hütet euch, daß euere Herzen nicht beſchwert werden, durch Unmäßigkeit, Trunkenheit und Nahrungsſorgen, damit euch jener Tag nicht plötzlich überfalle; denn wie ein Fallſtrick wird er kommen über alle, die auf dem ganzen Erdboden wohnen, ſo daß Niemaud entfliehen kann.“

§. 2.

Weiter fährt dieſer gefeierte Vater fort: Ein fernerer Nutzen der vierzigtägigen Faſten iſt dieſer, daß, indem wir uns von erlaubten Genüßen enthalten, wir Unerlaubtes um ſo leichter entbehren. Denn wenn wir uns des Fleiſches enthalten, das wir ſonſt genießen dürfen; wenn wir keinen Wein trinken, der in der Regel erlaubt iſt, wenn wir alſo ſolche Dinge meiden, die nicht verboten ſind, ſollen wir nicht vorzüglich die Sünden fliehen, die durchaus niemals erlaubt, ſondern allzeit verboten ſind? Was nützt es

Digitized by Google

vom Faſten erbleichen, wenn Haß und Neid die Bruſt ſchwellen? Was nützt es keinen Wein trinken, und dabei vom betäubenden Gifte des Zornes berauſcht werden? Was nützt es der Speiſen ſich enthalten, die Gott zum Gebrauche erſchaffen, und durch boshafte Verleumdungen den guten Namen ſeiner Brüder, die Glieder am Leibe Jeſu Chriſti ſind, verzehren? Was nützt es, wenn wir uns enthalten von dem, was zu anderer Zeit erlaubt iſt, und das thun, was niemals erlaubt iſt? Gott ehrt und liebt jene, die fliehen, was unerlaubt iſt. Darum laſſet uns, wie geſagt, zu dem Zwecke der Speiſen entbehren, um dadurch deſto leichter auch von Sünden bewahrt zu bleiben, wir wollen uns an dem Hochgenuße heiliger Sitten erſättigen, damit wir auch in der Zukunft mit dem Lohne, der ihnen folgt, beglückt zu werden verdienen, wie wir im Evangelium leſen: (Mth. 5. 6.) „Selig ſind, die nach der Gerechtigkeit hungern und dürſten; denn ſie werden geſättiget werden.“ Das ſey der Erſatz für unſer Faſten, daß wir mit den Speiſen, deren wir uns enthalten, die Armen und Kranken erquicken, wie geſchrieben ſteht: Selig ſind, die Hunger leiden, um anderwärts Labung zu verſchaffen. Es iſt Gott gewiß eine hinreichend angenehme Gabe, wenn man einen Armen ſpeiſt, einen Nackten kleidet, wenn man den Zorn beherrſcht, wenn man keine Feindſchaft duldet, nicht Böſes mit Böſem vergilt. Alsdann iſt unſer Faſten Gott angenehm, wenn wir jenen Liebe erweiſen, die aus Noth faſten. Dann werden wir wür-

Digitized by Google

dig ſeyn, jene Stimme des Herrn zu vernehmen: (Mth. 25. 40.) „Wahrlich ich ſage euch, was ihr dem Geringſten von dieſen gethan, das habt ihr mir gethan.“ O wie unendlich gütig zeigt ſich der Herr, um die Habſucht und den Geiz der Menſchen zu zähmen, ſagt er, was man dem verächtlichſten Bettler ſchenke, ſey ihm gegeben worden. Euch meine Brüder, möge der barmherzige Gott verleihen, daß ihr ihm in Faſten, Almoſen und guten Werken dienet.

Das nämliche prägt er noch einmal ſo wohlmeinend auf das nachdrücklichſte ein: Allerliebſte! die ſo heilige und heilſame Zeit der vierzigtägigen Faſten iſt herangekommen, in welcher wir mit Faſten die Wunden unſerer Sünden heilen ſollen.

Wie Auguſtinus, ſo lehrt auch ſein Lehrmeiſter Ambroſius ganz ausführlich: „Denn es iſt, liebe Brüder, keine kleine Sünde, wenn einer die vom Herrn gebotenen 40 Tage nicht faſtet, und dieſes heilige Faſten durch Unmäßigkeit bricht. Es ſteht geſchrieben, (I. Jo. 2. 6.) wer da ſagt, er bleibe in Chriſto, der ſoll wandeln, wie Er gewandelt iſt.“ Willſt du alſo ein Chriſt ſeyn, ſo mußt du thun, was Chriſtus gethan hat. Er, der keine Sünde hatte, faſtete vierzig Tage, und du willſt dieſe vierzig Tage nicht halten, da du doch ſo oft ſündigeſt? Er hatte keine Sünde, ſondern hat für unſere Sünden gefaſtet. Was biſt du alſo, bei deinem Gewiſſen frage ich dich, für ein Chriſt, da du ein Mittagsmahl einnimmſt, während Chriſtus für dich leidet? wenn du dich mit Speiſe erquickeſt,

während der Heiland für dich faſtet? Darum iſt es, wie geſagt, keine kleine Sünde, das Faſtengebot zu übertreten. Der iſt dümmer als ein Vieh, der nicht faſtet, wenn der Prieſter ein Faſten verkündigt.«

Petrus Chryſologus hält es ganz mit Ambroſius und Auguſtinus: „Ihr ſehet, daß die vierzigtägige Faſtenzeit keine Menſchenerfindung iſt, ſie hat göttliches Anſehen.« Ein klarer und deutlicher Ausſpruch.

Auguſtinus drückt ſich weiter aus, indem er die vierzig Tage der Sündfluth als ein Vorbild der vierzigtägigen Faſten erklärt: „Dieſe Zeit der vierzigtägigen Faſten ſollen wir mit Ehrerbietung und Andacht zubringen, und uns die lange Zeit nicht verdrießen laſſen. Denn je größer die Zahl der Feſttage iſt, deſto beſſer und kräftiger wird die Heilung werden. Je länger wir enthaltſam leben, deſto mehr werden wir der Früchte der Erlöſung theilhaftig; je bösartiger die Wunden ſind, deſto nothwendiger iſt die Arznei. Denn Gott, der ein weiſer Seelenarzt iſt, hat da eine geeignete Zeit beſtimmt, die den Guten die ſchönſte Gelegenheit darbietet, mit guten Werken ſich zu bereichern, nnd den Sündern, um Verzeihung zu erlangen. Jene verlangen nach Ruhe, dieſe bitten um Verzeihung. Die Zeit der vierzigtägigen Faſten iſt für beides ganz geeignet, ſie iſt nicht zu kurz um etwas zu erbitten, und nicht zu lange, um etwas zu verdienen. Durch ein vierzig Tage langes Faſten kann für jede Miſſethat des Sünders Verzeihung erbeten und auch die größte Strenge des Richters beſänftiget

Digitized by Google

werden. Dem mag vielleicht die Zeit lange und verdrießlich vorkommen, der weder wegen ſeiner Vergehungen betet, noch auch Verzeihung hofft. Denn die Verzweiflung kann weder das Laſter bekennen, noch eine Verzeihung vom Richter erwarten. Darum iſt die Zeit der vierzigtägigen Faſten heilig und heilſam, wodurch der Sünder durch Buße Barmherzigkeit, der Gerechte durch gute Werke Ruhe findet. Denn an dieſen Tag iſt Gottes Barmherzigkeit größer als ſonſt, man erlangt mehr Verzeihung über die Fehltritte, und gelangt zur vollkommenern Gerechtigkeit. Denn es ſteht alles offen, der Himmel znm Verzeihen, der Sünder zum Bekenntniſſe, der Mund zum Begehren. Ich ſage die Zahl 40 iſt heilig und geheimnißvoll. Denn erſtens als die Ungerechtigkeit der Menſchen das Angeſicht der ganzen Erde bedeckte, und Gott ſo viele Tage vom Himmel herab regnen ließ, goß ſich die Sündfluth über den ganzen Erdball aus. So ſiehſt du ſchon damals das Geheimnißvolle wie in einem Vorbilde angedeutet. Denn ſo wie es damals vierzig Tage regnete, um die Erde zu ſäubern, ſo erbarmt ſich auch jetzt Gott 40 Tage hindurch, um den Menſchen zu reinigen. Deßhalb iſt die Zeit der vierzigtägigen Faſten eine heilige und geweihte Zeit, die gleich vom Anfange herein beſtand, um die Gerechten von den Ungerechten, die Guten von den Böſen, wie durch einen richterlichen Ausſpruch auszuſcheiden. Gleiches iſt bei unſerer vierzigtägigen Faſtenzeit der Fall; denn es trennen ſich die Guten von den Böſen, das iſt der

Digitized by Google

Geile von dem Keuſchen, der Unenthaltſame von dem Enthaltſamen, der Heide von dem Chriſten. Ja, ich wiederhole es, der Böſe wird von dem Guten, der Sünder von dem Gerechten, der Teufel von dem Heiligen, der Ketzer von dem Gläubigen geſondert.“

Sieh lieber Leſer, ich wollte dich mit dem beſtimmteſten Ausſpruche des hl. Auguſtinus allein über das vierzigtägige Faſten ſteinigen. Es würde zu weit führen und eine verdrießliche Arbeit ſeyn, über dieſen Gegenſtand noch die klaren Zeugniſſe vieler anderer anzuführen. Was Auguſtinus von dem Faſten überhaupt und dem vierzigtägigen insbeſondere ſchrieb, das nämliche finden wir auch bei Origenes, Epiphanius Baſilius, Ambroſius, Chryſoſtomus, Hieronymus, Petrus Chryſologus, Gregorius von Nanzianz, Leo dem Papſt, Bernardus und den übrigen alten Vätern.

§. 3.

Nun möchteſt du ſagen, warum ſind denn bei dieſem Faſten gerade 40 Tage und nicht mehr und nicht weniger verordnet? Der Urſprung, ſo wie die Urſachen ſind verſchieden. Ich faſſe mich kurz. Chriſtus der Heiland, die Liebe des menſchlichen Geſchlechtes hat 40 Tage und 40 Nächte gefaſtet. Wir, als Glieder dieſes Hauptes, müßen ſo viel wie möglich demſelben nachfolgen. Hiezu fordert uns Ambroſius auf das kräftigſte auf mit den Worten: Das vierzigtägige Faſten hat der Herr durch ſein eigenes Beiſpiel geheiligt.

Digitized by Google

Ferners hat Moyſes, da er das Geſetz von Gott empfangen ſollte, 40 Tage gefaſtet. Ebenſo that Elias, als er vor Jezabel floh, und zu dem Berge Horeb eilte, er faſtete gleichfalls 40 Tage. Hier haſt du zu merken, lieber Leſer, daß Chriſtus der Herr damals ſeinen beßten Tag im ganzen Leben gehabt, als er auf dem Berge Tabor mit glänzendem Angeſichte und ſchneeweißem Kleide erſchien. Und ſelbſt an dieſem fröhlichſten Tage hat er mit den beiden vorzüglichſten Faſtern, die 40 Tage hindurch faſteten, von ſeinem Leiden und Hingange geredet. (Luc. 9. 32.)

Der Regen in der Sündfluth, welcher die ganze Erde überſchwemmte, hielt 40 Tage an. Das Volk Iſrael iſt 40 ganze Jahre durch die Wüſte gezogen. Was iſt nun unſer ganzes Leben, als einige wenige Tage zur Buſſe uns gegeben, in denen wir uns aus einem öden und ungebauten Lande herauszuarbeiten haben. Ueberdieß geben wir in der Frühlingsfaſten gleichſam die Zehent-Garben für das ganze Jahr. Das Jahr zählt 365 Tage. Der zehnte Theil dieſer Zahl ſind, wie Gregorius bemerkt, 36 Tage. Die erſten und letzten vier Tage der vierzigtägigen Faſten ſind dem gekreuzigten Chriſtus geweiht. Alſo iſt dieſes Faſten der Zehent des ganzen Jahres. Darum mache ein jeder bei ſich ſelbſt den Vorſatz: Ich will den Zehent nach meiner Meinung auf das gewiſſenhafteſte bezahlen, und mich des göttlichen Befehles erinnern: (Exod. 22. 29.) „Gib den Zehenten und die Erſtlinge deiner Früchte ohne Verzug.“ Ich kann um ſo

Digitized by Google

viel mehr Gnade hoffen, je mehr Aufrichtigkeit ich in dieſem Stücke zeigen werde. Ich will nicht ſäumen, meinen Zehenten zu liefern.

Wir wollen uns nicht länger mit dem Geheimnißvollen der Zahl 40 beſchäftigen. Der Prophet Jonas ruft: (Jonas 3. 4.) „Vierzig Jahre noch und Ninive wird zu Grunde gehen.“ Chriſtus lag 40 Wochen im Leibe der Jungfrau verborgen, und 40 Tage nach ſeiner Geburt wurde er im Tempel dargeſtellt. 40 Monate lang unterrichtete und lehrte er das Volk Iſrael durch ſein göttliches Wort. 40 Stunden nach ſeinem Tode kehrte er wieder in's Leben zurück. Nach ſeiner Auferſtehung zeigte er ſich 40 Tage lang ſeinen Jüngern, und ließ ſich von ihnen berühren, er redete nicht nur mit ihnen, ſondern ſetzte ſich auch zu Tiſche und verſchmähte ihre Speiſen nicht. Die Stadt Jeruſalem und der Tempel Salomons, zu deſſen Bau auch 40 Jahre erfordert wurden, wurden im vierzigſten Jahre nach Chriſti Tod von den Römern erobert und zerſtört. Alſo hat die Zahl 40 verſchiedene Bedeutungen.

Im Jahre 947, wie Baronius erzählt, predigte Elphegus, Biſchof zu Vinton in England am Aſchermittwoche, wie man ſowohl die Ehe keuſch, als das Faſten ernſtlich halten ſolle. Unter den Zuhörern fand ſich ein Schwätzer und Lotterbube, der die Predigt verhöhnte, und ſein Geſchwätz damit trieb, mit dieſen Worten: Unſer Prieſter erhebt das Faſten zu viel und plagt uns nur damit; ſollte ich ein Henker an meinem

eigenen Leibe werden, mir ſelbſt Abbruch thun, und noch dazu dieſen Aſchermittwoch über, bei meinem Weibe wie bei meiner Schweſter wohnen? Dieſe Predigt ſagt meiner Sinnlichkeit nicht zu. Gehabe dich wohl Prediger, ich laſſe mir kein Geſetz vorſchreiben, ich mache mir das meinige ſchon ſelber. Als der Biſchof dieſes erfuhr, ward er traurig und ſprach: O du unglücklicher Menſch, wie weißt du ſo gar nicht, was der künftige Tag über dich bringen wird. Aber dieſer Poſſenreißer ſcherzte über dieſe Prophezeihung, erhielt aber eine gute Zeche dafür; denn Tags darauf fand man ihn todt im Bette. Es ſteht im Zweifel, ob ihm der Teufel den Hals umgedreht, oder ob er auf andere Weiſe geſtorben ſey.

Obſchon Gottes Barmherzigkeit unendlich iſt, ſo hat er doch niemals mit ſich ſcherzen laſſen. Wer die Kräfte nicht hat, Hunger zu leiden, der mag ſeinen Beutel faſten laſſen, und das erſparte Geld um ſo reichlicher den Armen geben, er übe ſich im Gebete und erſtatte auf andere Weiſe, was am Faſten mangelt. Chryſoſtomus gibt den Unpäßlichen einen klugen Rath, und zeigt ihnen ein Löſe-Opfer, wodurch ſie von dem erſtern ſich loskaufen. Es gebe derjenige, welcher Speiſe zu ſich nimmt, weil er nicht faſten kann, 1. um ſo reichlicher Almoſen; ſey 2. eifriger im Gebete; bezeige 3. eine um ſo größere Luſt, das Wort Gottes zu hören; und verſöhne ſich 4. mit ſeinen Feinden, vertreibe aus ſeinem Herzen allen Haß und Rachgier. So wird durch Almoſen und Gebet ergänzt,

Digitized by Google

was dem Faſten gebricht. Fürwahr die Zeit des großen Faſtens ſoll man nicht verachten und nicht verſäumen.

§. 4.

Ladislaus, König von Polen, belagerte das feſte Schloß Nackel oder Reudingen in Pommern, wie Martin Krömer erzählt. Seine Soldaten achteten nicht des vorgeſchriebenen Faſtens, ſondern aſſen Fleiſch nach Belieben, aber es blieb nicht ungeſtraft; denn die Nachtwachen erblickten in einer hellen Nacht einige Male Reiter auf das Polniſche Lager anrücken. Dieß waren aber Nachtgeſpenſter, die ein Gepolter in der Luft erregten. Die Polen wurden endlich zornig, daß der Feind ſie nicht offen angreife, und eilten ihm, da er abzog, nach, aber es war eine vergebliche Mühe; denn mit Geſpenſtern iſt nicht gut fechten. Als nun die Belagerten durch den Tumult geweckt, den Ausfall merkten, fielen ſie alsbald in's Lager ein, und ſteckten die Strohhütten in Brand, ſo daß das Feuer in Eile ſich verbreitete, und viele Soldaten tödtete. Die andern jagten dem vermeintlichen Feinde nach, ohne ihn zu erreichen, und ließen mittlerweile das Lager plündern und einnehmen. So mußte man unverrichteter Sache die Belagerung Nackl's aufgeben. Die Kirchengeſetze werden nicht ungeſtraft übertreten; Gott nimmt deßhalb Rache. So wiſſen wir ja auch, was Chriſtus geſagt hat: (Mth. 18. 17.) „Hört er die Kirche nicht, ſo halte ihn wie einen Heiden und Publikanen.“ Darum hat das Concil von Toledo

ſo beſchloſſen: Wer die vierzigtägige Faſten nicht hält, dem ſoll man auf Oſtern das Fleiſch verbieten, und er ſoll ein ganzes Jahr kein Fleiſch eſſen.

Im Jahre Chriſti 1575 führte Ludwig, Graf von Naſſau, wie verſchiedene Schriftſteller erzählen, ein Heer von faſt lauter Gänſen nach den Niederlanden. Seine Soldaten achteten keiner Religion und genoſſen in der Charwoche Fleiſch nur zum Spotte und aus Kurzweil. Nicht fern von dem Orte ermahnte ein Prieſter ſeine Zuhörer ernſtlich, ſie ſollten der uralten Religion nicht ungetreu werden, und durch das böſe Beiſpiel ſeiner Soldaten ſich nicht verführen laſſen. Es wäre mit Grund zu beſorgen, daß, wer ſo ſich vorbereitete, ſchlechte Oſtern haben würde. Dieß war eine Prophezeihung, die auch in Erfüllung ging. (Pſ. 77. 31.) „Sie hatten, ſchreibt der Pſalmiſt, die Speiſe noch im Munde, da der Zorn Gottes ſchon über ſie entbrannte.“ Denn am vierten Tage nach Oſtern ging das ſpaniſche Heer auf ſie los, rieb ſie nicht nur alle auf, ſondern tödtete den Grafen von Naſſau ſelbſt, und beinahe alle Oberſten blieben auf dem Platze, und nur wenige entkamen durch die Flucht. Die göttliche Rache ſchleicht ſtillen Fuſſes herbei, kommt zuweilen langſam, aber ſie kommt doch, und bringt dann eine um ſo ſchwerere Strafe. Feſt und unerſchütterlich ſteht der Ausſpruch: „Wer die Kirche nicht hört, den haltet wie einen Heiden und Publikan.“

Auguſtinus, Biſchof zu Hippo, rügte es in ſeinem Schreiben an Xantippus, den Primas von Nu-

Digitized by Google

midien ſehr heftig, daß einer ſeiner Prieſter am Chriſt-abend nicht gefaſtet. Weil dieſer Prieſter das ihm anvertraute Geld zu ſeinem Nutzen gebrauchte, und am erwähnten Chriſtabende bei einer etwas verdächtigen Weibsperſon zu Mittag und zu Abend aß, mußte er von ſeinem Amte abſtehen. Die Worte des Auguſtinus ſind dieſe: Darum habe ich dafürgehalten, daß man ihn vom Prieſteramte abſetze, weil ich mich fürchte, ihm die Kirche Gottes zu vertrauen, damit nicht ihm die Schuld beigemeſſen werde, wenn ein Aergerniß zum Vorſcheine kommt. Sieh, welch groſſes Verbrechen es ſey, nur eine einzige Nacht das Faſten unterlaſſen zu haben. Was würde Auguſtinus erſt dann geſagt haben, wenn er die ganze vierzigtägige Faſten oder doch mehrere Tage desſelben nicht gefaſtet hätte? „Wer die Kirche nicht hört, den haltet wie einen Zöllner und Publikan?“ Hieronymus, ein Zeitgenoſſe des Auguſtinus ſagt: „Wir halten nach der Ueberlieferung der Apoſtel jedes Jahr die vierzigtägige Faſten.“

Die Zahl 40 iſt zu dieſem Werke beſonders wohlgefällig. Der Kaiſer Ludwig mit dem Beinamen der Fromme pflegte, wie Simon bezeugt, die vierzig Tage des großen Faſtens mit Faſten, Beten und Almoſengeben zuzubringen. Sein Sohn Ludwig empörte ſich im Jahre 840 wider ſeinen Vater, und brachte in Deutſchland ein Heer zuſammen. Der Vater eilte in großen Tagmärſchen nach Deutſchland, und damals geſchah es, daß bei hellem Tage eine ſo erſchreckliche

Finſterniß einfiel, als ob die dunkelſte Nacht hereinbräche. Der Kaiſer ſtarb unweit Mainz an einer Krankheit. Nachdem er ſeine Seele durch eine Beicht gereiniget hatte, nahm er 40 Tage hindurch weder Speiſe noch Trank zu ſich, als nur den Frohnleichnam Jeſu Chriſti. Während ſeiner Krankheit führte er immer die Worte im Munde: (Pſ. 118.) „Herr du biſt gerecht und gerecht iſt dein Gericht.“ Weil ich die Frühlingsfaſten ſonſt nicht mit ſchuldiger Enthaltſamkeit gehalten habe, ſo will ich wenigſtens in der dringenden Noth dir die Faſten, die ich noch ſchulde, bezahlen. Er ſtarb auch, nachdem er ſeine Schätze unter die Armen und Kirchen vertheilt, im erwähnten Jahre den 21. Mai im 64. Jahre ſeines Alters, nachdem er 27 Jahre auf dem Kaiſerthrone geſeſſen war. Du haſt wohl gethan, Ludwig, der du auch in deiner letzten Krankheit auf das gewiſſenhafteſte faſteteſt, und als ein gehorſamer Sohn der Kirche haſt ſterben wollen.

Gregorius von Nanzianz ſtraft den Präfekt Eleuſius, ſeinen guten Freund, weil er die Faſten vernachläßiget, mit ſcharfen Worten: „Du fügſt den Geſetzen eine Unbild zu, o Richter, da du nicht faſteſt.“ Reinige deinen Richterſtuhl, damit dir nicht von den beiden Uebeln eines begegnet, entweder ſchlecht zu werden, oder dafür gehalten zu werden. Und wie wirſt du menſchliche Geſetze halten, wenn du die göttlichen verachteſt? Kurz, du wirſt gerichtet werden und weniger ſündigen; Faſten ſagt Petrus Chryſologus iſt

das Leben der Tugend, der Laſter Tod, die Schule des Verdienſtes.

X. Kapitel.

Was eigentlich der Geſundheit ſchade, und das Leben verkürze.

Johannes, der Engel in der Offenbarung, richtet ſeine Augen gegen Himmel und ſpricht: (Apoc. 10. 3.) „Und als er gerufen hatte, ſprachen die ſieben Donner ihre Stimmen.“ Und als die ſieben Donner ihre Stimmen geſprochen hatten, wollte ich ſchreiben, und ich hörte eine Stimme vom Himmel zu mir ſagen: „Verſiegle, was die ſieben Donner geſprochen, und ſchreib es nicht!“ Was mögen wohl dieſe ſieben Donner geredet haben, was waren es für Stimmen? Untern andern hatte er auch dieſe Stimmen gehört: „Denn es wird keine Zeit mehr ſeyn, und das Geheimniß Gottes wird vollendet werden.“ Der Tod alſo und das Verderben ward hiedurch angedeutet.

Es reden aber dieſe ſieben Donner auch noch bis auf den heutigen Tag, und bedeuten nichts anders, als den Tod ſehr vieler Menſchen. Es gibt ſieben verſchiedene Urſachen, um deren willen täglich ſehr viele ſterben. Da aber unter dieſen die letzte, aber zugleich die vorzüglichſte die Eßluſt und die Unmäßigkeit iſt, dieſer Hauptfeind des Faſtens, ſo will ich dieſe ſieben Urſachen des frühen Todes anführen, und

Digitized by Google

jeder einen beſondern Namen geben. So mögen denn nun die ſieben Donner reden, und zwar ſoll dieſes, ſo verſchieden und zahlreich die Urſachen des Todes ſind, dennoch in einer gewiſſen Ordnung geſchehen.

§. 1.

Die erſte Urſache iſt: die Feuchtigkeit. Hieronymus Cardanus in ſeinem gelehrten Buche von den Subtilitäten hält dafür, daß, wer mit kalten und feuchten Füßen zu Tiſche ſitze, ſeiner Geſundheit einen töbtlichen Schaden zufüge. Kalte Füße machen eine üble Wirkung auf den Kopf und den Magen, und kommt dann zur Kälte noch Feuchtigkeit hinzu, ſo iſt das Uebel ein doppeltes. Wenn dem ſo keineswegs gut beſtellten Magen Speiſe zugeführt wird, ſo bleibt gewiß der Schadrn nicht aus. Daraus folgt langſam leichter Huſten, dann Schwindſucht, und was das ſchlimmſte iſt, weil man nicht merkt, wo der Schaden herrühre, erfolgt dann der Tod.

Die zweite: Wärme. Der nämliche Schriftſteller hält dieſes für eine fernere Urſache, der ſo vielen täglichen Leichen, wenn einer in der Hitze oder im Schweiße das Haupt, die Bruſt und andere Glieder des Leibes eutblößt, und ſich zum großen Nachtheile ſeiner Geſundheit der friſchen Luft ausſetzt. Viele werfen, da ſie dſe Hitze nicht leiden mögen, den Hut hinweg, machen die Knöpfe des Rockes auf, entblößen die Arme, ſuchen kaltes Waſſer, und haſchen nach dem kühlen Luftzuge ganz begierig, aber mit töbtlichem Ver-

luſte der Geſundheit. Denn wenn die Kälte durch die geöffneten Schweißlöcher allenthalben eindringt, ergreift ſie ganz unbemerkt alle Glieder. Daher kommen nach und nach ſchwere Krankheiten und der Verluſt der Geſundheit.

Die dritte: Traurigkeit. Die Sache iſt aus Salomon gewiß: (Prov. 17. 22.) „Ein fröhliches Gemüth macht ein blühendes Alter; ein trauriges ſaugt die Gebeine aus.“ Man hat Beiſpiele, daß mancher in einer einzigen Nacht von Sorgen und Kummer grau wurde. Wenn Traurigkeit und Leid den Menſchen verzehrt, ſagt man, ziehe ſich ſein Herz zuſammen, und verrunzle, wie eine gebackene Birne, woraus dann vielerlei Uebel entſtehen. Daher gar oft ein langſamer und trauriger Tod. Seufzer, Thränen, Traurigkeit verzehren das Mark. Wenn die herznagendnn Sorgen nicht geſtillt werden, quälen und verzehren ſie das Herz. Betrübniß iſt der Tod der Gemüthlichkeit, und bricht die Kraft der Seele. Kümmerniß und Tod ſind einander nahe verwandt.

§. 2.

Die vierte: Zorn. Dieſe Gemüthsbewegung iſt eine Art Wahnſinn und Unſinn, nur daß ſie von kurzer Dauer iſt. Betrachte einen erzürnten Menſchen, er iſt einem Unſinnigen nicht unähnlich, doch kommt er bald wieder zu ſich. Der Zorn gießt die Galle überflüßig über den ganzen Leib aus. Daher nicht eine Krankheit, ſondern mannigfaltige Uebel und früher

Digitized by Google

Tod erfolgen. Ich kenne ſelbſt Männer von hohem Stande, denen die Aerzte beſonders dieſe Lehre öfters einprägen: Herr, wenn du dein Leben lieb haſt, ſo meide den Zorn und Uebermaaß im Trunke. Aber ſie verſuchten es nie weder im Trinken ſich Abbruch zu thun, noch den Zorn zu beherrſchen, und haben ſich ſo freiwillig dem Tode hingeopfert. So machen wir es, wir wollen lieber verderben, als dem Zorne oder der Unmäßigkeit Schranken ſetzen.

Die fünfte: Geilheit. Daß ein wollüſtiges, unflätiges Leben der Geſundheit und dem Leben ungemein ſchade, und ein untrüglicher Vorbote des Todes ſey, haben die berühmteſtnn Aerzte gelehrt, wie ich auch in meinem Nicetas weitläufiger nachweiſe. Betrachtet den König Salomon, der in Wollüſten auferzogen unter Weibern heranwuchs, und ſeinen Vater an Alter bei weitem nicht erreichte. Dieſer brachte ſeine Jugend zu mit Viehhüten, war gewohnt Hunger und Durſt zu leiden, und ob er gleich großen Mangel und viele Kriegsbeſchwerden zu erdulden hatte, ſtarb er dennoch erſt im hohen Alter. (1 Paral. 29. 28.) Sein Sohn Salomon kannte weder die Armuth, noch den Krieg, ſondern verlor ſeine Kräfte und ein längeres Leben in ſeinem Harem. Ein geiles, wollüſtiges Leben iſt ein kurzes Leben.

Die ſechſte: Arzneien. Ach wie viele haben mehr die Apotheker begraben, als die Todtengräber! Wir verwerfen hier weder die Aerzte, noch ihre Wiſſenſchaft, noch ihre Arzneien, ſondern nur den Ueberfluß

und die ſo große Verſchiedenartigkeit verdammen wir. Wenn ein Tuch in's Waſſer kommt, wird es zwar etwas glänzender, verſchleußt ſich aber durch öfteres Waſchen dergeſtallt, daß es endlich ſchwach und löchericht wird; ebenſo wird des Menſchen Leib durch ſo häufige Arzneien ſo gereiniget, ausgetrocknet, geſchwächt, daß er endlich ganz verdirbt und verſchwindet. Ich kenne einen ſehr vornehmen Mann, den die Ordinationen ſeiner ſieben Doktoren fein ſanft dem großen Haufen zugeführt haben. Dieſer Mann hätte wohl noch länger leben können, wenn er ein Schmid oder Holzhauer geweſen wäre, dem die Armuth ſo viele Arzneien nicht geſtattet hätte. Ich kann es nicht vergeſſen, was der erſte unter den Doktoren geſprochen: Hütet euch vor uns, ſo viel ihr nur könnet. Auch wiſſen wir, daß die erfahrenſten Aerzte mit Verordnung der Arzneien ſehr ſparſam geweſen ſeyen. Ich kenne mehrere Leute beiderlei Geſchlechtes, die, nachdem ſie Arznei genommen, erſt recht zu erkranken anfingen, da ſie doch vorher geſund waren. Man muß, ſagen ſie, auf ſolche Weiſe der Krankheit vorbeugen. Wenn vorbeugen und herbeiziehen ein Ding iſt, dann macht ihr keinen üblen Schluß. Wer des Jahres ein- oder zweimal durch den Stuhlgang purgirt, hat der Unpäßlichkeit genug vorgebeugt. In einem Topfe, aus dem man ſo viele und ſo mancherlei Arznei gebraucht, iſt der Tod. Aber mancher Menſch liebt ſich ſelbſt ſo verzweifelt, daß er meint, ſeine Geſundheit könnte nicht beſtehen, wenn er nicht ſchier

alle Häflein und Büchſen der Apotheker ausleckte. Solche Leute verderben durch Wohlthun, und bringen ſich durch das, was ihre Geſundheit befördern ſollte, in einen frühzeitigen Tod. Sie fallen in ihr eigenes Schwerdt, ſey es auch golden oder ſilbern.

§. 3.

Die ſiebente: Schlemmen. Dieſes iſt der ſiebente Donner, die Haupturſache ſo vieler Krankheiten und Sterbfälle. Viele kommen um durch das Eiſen, aber noch weit mehr durch Unmäßigkeit im Eſſen. Die täglichen Leichen geben hievon Zeugniß; von ſehr vielen kann man mit gründlicher Wahrheit ſagen: Dieſer Menſch iſt geſtorben, auch dieſer, jener, jener hätte länger leben können, wenn er weniger hätte eſſen, oder des Weines ſich mehr hätte enthalten wollen. Unzählige bringen die vollen Schüßeln und Becher unter die Erde. Wir thörichten Menſchen, wenn uns am Leibe etwas fehlet, geben wir ſogleich entweder der ungeſunden Luft, oder dem unbequemen Hauſe, oder zu großer Arbeit, ja auch wohl den Büchern und dem Studieren die Schuld, aber gewiß höchſt unbillig. Das ſind eitle Urſachen, und wir getäuſchte Narren! Dieſe Auſſendinge erregen nicht ſo viel Krieg und Schmerzen im Leibe, ſondern was zum Munde eingeht, das iſt der Urſprung des Uebels, das iſt der Pflanzgarten der Schmerzen, das iſt der Anfang der Krankheit und die Urſache aller Unpäßlichkeit. Ich will nicht läugnen, eine feuchte, naſſe Luft, eine un-

Digitized by Google

geſunde Wohnung, eine große Anſtrengung im Arbeiten und Studieren, ein der Jahreszeit nicht angemeſſenes Kleid wird der Geſundheit in etwas ſchaden, aber ein mäßiger Menſch überwindet dieſes leicht. Alle dieſe Dinge machen keine ſo großen Ungelegenheiten, und bringen keine ſo bedeutenden Nachtheile, als der Genuß von Speiſen und Getränken, wenn dieſer nicht mit Mäßigkeit ſtattfindet. Dieſe einheimiſchen Feinde überfallen unſern Leib mit Krankheiten. Wo genügſame Mäßigkeit ſich findet, da iſt auch genügſame Geſundheit.

Aber um von den Geſunden zu ſchweigen, bei denen die Unmäßigkeit täglich in neuer Geſtalt und Form ſich zeigt, ſo iſt ja die Mäßigkeit auch nicht einmal bei den Kranken zu finden, und hier liegt der Fehler nicht immer bei den Kranken, ſondern es iſt meiſtens die Unwiſſenheit oder zu große Nachſicht derjenigen daran Schuld, die um den Kranken ſind. Es iſt ja Gebrauch geworden, aber aus unverzeihlicher Unwiſſenheit den Kranken immer etwas aus der Apotheke zu eſſen und zu trinken zu geben, damit ja der unglückliche Magen von ſeiner Arbeit nimmer ausruhen könne. Man gibt Manchen alle Stunden etwas, ſo daß ſie ſechs- oder ſiebenmal des Tages Nahrung zu ſich nehmen. Das heißt nicht Jemanden nähren, ſondern alle Kraft der Nahrung hemmen. Darauf hat man vor allem zu ſehen, daß der Kranke, was er nimmt, wie wenig es auch wäre, recht verdaue. Wenn daher ein Kranker den ganzen Tag hindurch nichts zu

Digitized by Google

ſich nähme, als eine Suppe oder ein paar Eier, oder etwas dergleichen, ſo wäre es genug, wenn er es nur gut verdaute. Ja, ſagſt du, der Doktor hat es erlaubt, wohl gar verordnet. So wiſſe, daß es gemeiniglich nur geſtattet, keineswegs aber anbefohlen wird. Es wäre fürwahr zu wünſchen, daß dieſe, in deren Händen das wichtige Amt zu richten über des Menſchen Leben ſteht, etwas ſtrenger gegen die Patienten wären, und auf ihrem Befehle ausdrücklich beſtänden: dieß mußt du unterlaſſen, davor mußt du dich hüten; ſo viel darfſt du eſſen, ſo viel trinken, keinen Biſſen, keinen Tropfen mehr; den Tag über zwei- oder dreimal und nicht öfter dich mit Speiſe erquicken. Aber dieſe ſo wohl gemeinte, ſanfte und heilſame Verordnung würde man Grauſamkeit gegen den Kranken nennen.

Galenus im fünften Buche von der Erhaltung der Geſundheit ſagt: Es iſt geſünder, einem ſchwachen Alten etwas weniges dreimal im Tage hindurch zu geben, wie der Arzt Antiochus zu thun pflegte.

Aber man fragt gemeiniglich nicht viel nach dergleichen Sachen, man hält es für alter Weiber Geſchwätz und ſucht nur Arzneien. O ihr hochgelehrten Männer, erlaubet mir es zu ſagen, die Mäßigkeit, eine beſtimmte Diät iſt die beßte Arznei. Ich weiß wohl, daß Galenus wider die Diatritarier geſchrieben, die faſt allen Kranken, vornehmlich den Fieberhaften ein dreitägiges Faſten auferlegten; mir iſt nicht unbekannt, daß die geſalzenen Flüße und Gallenkrankheiten

Digitized by Google

den Hunger nicht wohl leiden mögen. Auch rathe ich nicht, daß man Jedermann drei Tage hindurch Hunger zu leiden befehle. Nur dieß einzige behaupte ich, daß die Mäßigkeit und das Faſten beinahe in allen ſchweren Krankheeiten höchſt heilſam ſeyen. Darum iſt der Ausſpruch tauſendmal und abermal tauſendmal einzuprägen: (Syrach. 37. 34.) „Wer mäßig iſt, lebt deſto länger.“

§. 4.

Dieſes lehren auch alle Schulen und beſtätigt zur Genüge die tägliche Erfahrung. Eben dieſes wiederholen die ſchon bekannten Schlußreden von Salerno:

Frohes und geſundes Leben
Kannſt du dir oft ſelber geben,
Wenn du vielen Wein nicht liebſt
Und das Nachtmahl ſparſam gibſt.

Trink alſo wenig Wein, und den nur mit Waſſer gebrochen. Und ob es ſchon allzeit Schaden bringt, wenn man zu viel Speiſe zu ſich nimmt, ſo iſt dieſes doch beſonders bei dem Abendeſſen der Fall. Daher dieſe Warnung:

Ein gutes, ſtarkes Abendmahl
Iſt für den Magen große Qual:
Willſt du bei Nacht recht ruhig ſeyn,
Iß' wenig und trink' keinen Wein. —

Ein nüchternes und ſpärliches Nachteſſen verſchafft

Digitized by Google

erſtlich einen leichten und ſanften Schlaf, der keine abſcheulichen Träume bringt: dann bewirkt es auch ein gleiches Verhältniß der Feuchtigkeiten, ſo daß weder die gelbe noch die ſchwarze Galle, weder die Säfte noch das Geblüt die Oberhand gewinnen, ſondern daß dieſe vier Feuchtigkeiten miteinander im ſchönſten Ebenmaße ſtehen, worin eben die Geſundheit beſteht. Drittens erhält es dem Magen ſeine Ruhe, denn wenig Speiſe kann er leicht verdauen und vertheilen. Dieſes ſagt auch der ſchon oben angezogene Syrach in voller Wahrheit (Syrach. 31. 24 ꝛc.): „Ein mäßiger Menſch hat einen geſunden Schlaf. Ein ſittſamer Menſch begnügt ſich mit wenig Wein. Dieſer wird dir im Schlafe nicht beſchwerlich fallen, und keinen Schmerzen verurſachen.“

Es kommen aber aus der oben angezogenen Schule auch dieſe der Geſundheit ſehr zuträglichen Erinnerungen:

Haſt keinen Arzt, ſo brauch an ſeiner Statt dieß Drei:
Ein fröhliches Gemüth, gehör'ge Ruh und Mäßigkeit dabei.

Dieß beſtätigt der weiſe Paulus von Palatium: Obſchon von Natur aus dem Menſchen ſeine Tage zugezählt ſind, ſo kann er doch dieſelben vermehren, wenn er ſich nur vor zu vielem Eſſen in Acht nimmt. So hat ſich auch ein weiſer Mann nicht geſcheut, ganz offen zu ſagen: Es ſterben faſt alle Menſchen an der

Digitized by Google

Schlemmerei. Denn wie wenig ſind deren, die nicht zuweilen die Schranken der Mäßigkeit überſchreiten, beſonders bei Gaſtmählern und prunkvollen Tiſchgelagen, und dieſe Unmäßigkeit, wenn ſie ſich öfters wiederholt, ſchwächt das Leben und bringt frühzeitigen Tod.

Alle Ueberfüllung ſchadet. Es war nie gut, wenn man ſich ſatt gegeſſen, und immer gut, wenn man es nichtgethan. Darum nennt Hippocrates den Magen die Mutter und Gebährerin eines geſunden Leibes. Darum hat Martinus, Biſchof zu Dumien, Miro, den König der Sueven, ganz weislich gewarnt: Jß, aber nicht zu viel, trinke, aber bleib dabei nüchtern. So wirſt du weder dem zu ſehr anhängen was du haſt, noch nach dem andern verlangen, was du nicht haſt. Deine Nahrung ſey gering und einfach, und du ſollſt ſie nicht genießen um des Genußes halber, ſondern aus Nothwendigkeit. Nicht der Wohlgeſchmack ſondern der Hunger ſoll deinen Gaumen als Reizmittel dienen. Gieb deiner Begierlichkeit nur wenig Nahrung.

Fürwahr, der Hunger iſt mit wenigem zufrieden, oder wie der Dichter Horatius ſagt: Es lebt ſich mit wenigem gut. Was aber der Natur und Geſundheit genügt, das genügt freilich nicht der Genuß- und Gaumenluſt.

Rabanus Maurus, Biſchof zu Mainz, ſagt: Es iſt offenbar, daß wenige und geringe Koſt ſowohl dem Leibe als der Seele nützlich ſey: und im Gegentheil, daß überflüßige Speiſe und Trank Krankheiten gebähren und den Geiſt ſchwächen. Nüchternheit und Mäßig-

keit iſt die Mutter ſowohl der Geſundheit als der Heiligkeit, ſowohl der Keuſchheit als der Weisheit. Zu viel köſtliche Speiſen, ſagt Hieronymus, ſchwächt und reibt auf Leib und Seele. Dieß beſtätigt auch weislich der h. Athanaſius: Kranke Körper werden durch gehörige Pflege und Mäßigkeit wieder hergeſtellt, werden aber bald wieder in dieſelbe Krankheit zurückfallen durch Unachtſamkeit und Unmäßigkeit.

Der uralte und berühmte hebräiſche Schriftſteller Rabbi Hilel, ſagt in einem gelehrten Scherz: Wer ſein Fleiſch vermehrt, der vermehrt die Würmer: wer die Reichthümer vermehrt, vermehrt die Sorgen: wer ſeine Diener vermehrt, vermehrt die Diebe: wer den Fleiß und Eifer vermehrt, vermehrt die Weisheit: wer den Rath vermehrt, vermehrt die Klugheit: wer die Gerechtigkeit vermehrt, vermehrt den Frieden. Eben ſo, wer die Mäßigkeit vermehrt, vermehrt das Leben: wer die Nüchternheit vermehrt, vermehrt die Geſundheit: wer das Faſten vermehrt, vermehrt die Zeit ſeines Lebens. Hierauf ſagt der h. Leo gleichſam zum Beſchluß: So iſt denn die ſparſame Mäßigkeit allzeit glücklicher daran, als der verſchwenderiſche Ueberfluß. Darum ſollen wir, meine Liebſten, uns von ſolchen Dingen enthalten, die uns zu unſerm Schaden ſchmeicheln und einladen. Fürwahr, ein ſolcher Genuß wird nur mit Schmerzen erkauft und läuft jederzeit zn unſerm Schaden aus.

Digitized by Google

§. 5.

Die Arzneikunſt bedient ſich einer dreifachen Weiſe zu wirken, durch die Wundärzte, die Apotheker und die Diät oder beſtimmte Ordnung des Lebens. Eine chroniſche oder langwierige Krankheit kann weder durch die allererfahrenſten Wundärzte noch durch die beßten und mannigfaltigſten Arzneien gehoben werden, wenn es an der Lebensordnung und an der Mäßigkeit mangelt. Dieſer Meinung ſind nebſt andern die pfälziſchen, ſchon oben gerühmten Aerzte: Herr Doktor Georg Brems, Herr Johann Pfeilſchütz, Herr Doktor Ferdinand à Colle Graf v. Cäſana, Herr Doktor Thomas Thirmair. Und unter ihnen ſagt der ſehr berühmte Pfeilſchütz auf das beſtimmteſte: Ich weiß, daß ein Mann, der im Jahre hindurch wenigſtens alle Monate einmal, oder auch öfters mit Schiatica (Hüftſchmerzen) behaftet war, nur durch das vierzigtägige Faſten davon befreit wurde. Der erwähnte Arzt ſagt offenherzig und frei zu einem Mann von nicht geringer Abkunft, der über das Magenwehe klagte: Mein Herr, wenn du dir durch Faſten helfen wollteſt, ſo würdeſt du, glaub es mir, keine Secculata (Magenpflaſter) bedürfen.

Dieſes dürfte man auch unzählig vielen andern ſtets in Erinnerung bringen. Ach liebe Herren und Frauen, wenn ihr euch ſelbſt mit Faſten helfen wolltet, würdet ihr fürwahr ſo vieler überflüſſigen Arznei nicht bedürfen. Wenn ihr einen Ekel an der Arznei habet, ſo haltet eure Tafel kürzer und einfacher. Lie-

Digitized by Google

bet ihr ein langes Leben? liebet vor allem eine ſtrenge Mäßigkeit, dann werdet ihr gewiß erhalten, was ihr begehret, nämlich ein langes Leben. Fürchtet ihr die Krankheiten? ſo hütet euch vor den Speiſen, beſonders vor der zu großen Fülle und Mannigfaltigkeit: Laßt euch wenig einſchenken, ſo wird ein deſto ruhigerer Schlaf erfolgen: thut dem Munde Abbruch, und ihr werdet an Geſundheit zunehmen. Es iſt eine bekannte und ausgemachte Wahrheit:

Wer ſeinem Gaumen iſt ergeben,
Der liebet nicht geſundes Leben.

Im Jahre Chriſti 1628 gab des Biſchofs zu Baſel Medicus Claudius Deodatus, ein ſehr berühmter Mann ein dreibändiges großes Buch heraus, zu Bruntrut gedruckt, welches er Pantheon hygiasticum, d. i. allerlei Arzneien zur Erhaltung der Geſundheit nennt. In dieſem lehrt er weitläufig und gelehrt, auf welche Weiſe man das menſchliche Leben bis auf 124 Jahre bringen könne. Das iſt, ſagſt du, viel verſprochen, und gewiß Jedermann angenehm. Wer wird aber die nothwendigen Mittel geben, das Leben ſo weit hinaus zu verlängern? Lieber Leſer, die Verlängerung dieſes Lebens iſt mit den geringſten Koſten verbunden. Die ganze Ausgabe beſteht nur darin, daß einer ſparſam zu Mittag eſſe, noch ſpärlicher zu Nacht, die Ueberfüllung meide, ſich ſelbſt Abbruch thue, und eine ſorgfältige Mäßigkeit im Eſſen und Trinken einhalte. Das ſind die Ausgaben, dieſe wende an, ſo haſt du viele

Digitized by Google

Jahre erkauft. So bezeugen ganz deutlich und mit ihren eigenen Handſchriften, jene ſehr berühmten Leibärzte des Churfürſten Maximilian, Herzogs in Bayern, die ich Ehren halber bei dem Namen angeführt.

Die erſte Arznei für den Kranken ſey alſo Mäßigkeit und ein geeignetes Faſten. Was Demoſthenes von der Ausſprache und dem Vortrage ſagt, das iſt hier auf die Mäßigkeit anzuwenden. Denn wenn dich einer fragen ſollte, welches die erſte und vorzüglichſte Arznei ſey, würdeſt du mit Recht ſagen, die Mäßigkeit. Welches die zweite? die Mäßigkeit. Welches die dritte? die Mäßigkeit. Aber die Kranken wollen gar oft nicht daran und die Aerzte ſehen ihnen nach. Ich habe gewiß mich von der Eßordnung ſehr vieler Kranken überzeugt, und faſt keine gefunden, die mäßig und ſparſam genug wäre. Auch bei wenig vermöglichen Leuten iſt dieſe Unwiſſenheit und ſo äußerſt ſchädliche Nachſicht zu finden, daß die Weiber welche um den Kranken ſind, dann erſt theilnehmend und liebethätig zu ſeyn glauben, wenn ſie dem Kranken immer etwas eingießen, damit er, wie ſie ſagen, zu Kräften komme. Fürwahr, thörichte Einbildung, daß man nicht anders zu Kräften gelangen könne, als durch ſo verſchiedene Säfte und Getränke. Die allerſicherſte Arznei iſt Mäßigkeit. —

Digitized by Google

XI. Kapitel.

Beſchluß des Ganzen.

Wir haben nun den Nutzen, die Art und Weiſe und Nothwendigkeit des Faſtens gelehrt. Wir faſſen nun alles noch einmal kurz zuſammen. Wenn wir auch hierüber gar nichts geſagt hätten, ſo ruft uns Chryſoſtomus für tauſend Zeugen von der Kanzel aus zu: So wundere dich denn über das Faſten und beeile dich, in freudiger Umarmung dasſelbe zu ergreifen. Wenn es in der Flamme nützt, in der Löwengrube hilft, die unreinen Geiſter vertreibt, den göttlichen Richterſpruch ändern kann, und zur Freiheit verhilft; wer ſollte dann ſo thöricht ſeyn und das Faſten als eine Quelle ſo vieler Güter aufgeben? Aber du ſagſt: Für den Leib erwächſt daraus allerlei Uebel? Ich ſage dir entgegen, je mehr dem Menſchen äußerlich entzogen wird, deſto mehr erneuert er ſich fort und fort innerlich. Ja, wenn du fleißig nachforſchen wollteſt, würdeſt du ſogar finden, daß die Leiber durch Faſten kräftiger und geſunder werden. Und wenn du meine Lehre verwirfſt, wird dich die Kunſt der Aerzte lehren, denn dieſe nennen die Mäßigkeit im Eſſen und Trinken eine Mutter der Geſundheit. Denn Schmerzen an Füßen, Kopfſchwindel, jäher Tod und andere Dinge die Fieber und verſchiedene Krankheiten des Körpers verurſachen, kommen ſagt man, aus Geilheit und Wollüſten, und gehen gleichſam hervor als Bäche aus dem ſchädlichen

Quell, der den Leib zu Grunde richtet und die Seele trübt.

Darum laſſet uns das Faſten nicht fürchten, und deßhalb ermahne ich euch öfter zum Faſten als einem trefflichen Mittel, vor Uebermaß bewahrt zu bleiben. Ich bitte euch, laſſet euch nicht das ſo hohe Verdienſt des Faſtens durch verſchiedene Leckerbiſſen entreiſſen: ſondern ſuchet die Wirkung desſelben zu erfahren. So wie, wer Medizin nimmt, wenn er nicht fleißig faſtet, ſchon vor dem Genuß derſelben keine Wirkung ſpüren wird: ebenſo nützt es auch nichts zum Heile, wenn man erſt nach der Ueberfüllung faſtet. Darum laſſet uns mit nüchternem Sinne unſere Zuflucht zum Faſten nehmen.

Durch alle alten Väter wird das Faſten ſehr empfohlen. Und um mit wenigen Worten viel zu ſagen, reden die Väter vom Faſten alſo: Faſten iſt der Anfang der Zucht, ein fruchtbarer Zwang der Natur, eine Flucht der böſen Gedanken, eine Ueberwindung der Gaumenluſt, ein herrliches Licht der Seelen, eine Erquickung des innern Menſchen, eine Reinigung des Gebetes, eine Verwahrung des Sinnes, eine Schule der Verdienſte, eine Vertilgung der Geilheit und der Miſſethaten, eine Thür der Zerknirſchung, eine Unterweiſung wider die Unmäßigkeit, ein Leben der Engel, ein Amboß zur Ruhe, ein Hüter des Gehorſams, eine Mutter der Stille, eine Stärke des Gemüthes, eine Kraft des Geiſtes, eine Wurzel der Gnaden, ein Unterhalt des Heiles, das Siegespanier über den Muth-

Digitized by Google

willen, eine Mauer der Keuſchheit, ein Bollwerk wider die Unzucht, ein Beweis der Demuth, ein Triumph wider die Lüſte, eine Erleuchtung der Schwachheit, eine Zuflucht der Geſundheit: ein Salz und eine Würze aller Speiſen, eine vorzügliche Verwahrung der Geſundheit: eine Grundfeſte der Buße, ein Gegenmittel wider das Schlemmen, ein Mittel wider Krankheit, eine Austilgung der begangenen Sünde, ein Panier des Glaubens, ein nöthiger Zehrpfenning unſerer Wallfahrt, ein angenehmes Opfer der Verſöhnung, ein ſehr großer Behelf zu allen gottſeligen Werken. Faſten iſt ferners eine ſehr heilſame, obſchon bittere Aloë, Faſten iſt in Wahrheit die allervortrefflichſte Arznei unter allen Arzneien. Faſten iſt der Tod der Laſter, ein Wachsthum und Leben der Tugend, ein Eingang in das Paradies. Siehſt du, ſagt Chryſoſtomus, welch eine große Sache es um das Faſten ſey? Faſten macht aus Menſchen Engel. Was bedarf man weiter eines Beweiſes, daß Faſten der rechte Grund aller Güter und Wohlthaten ſey? Das Faſten iſt fürwahr nicht nur eine wahre Tugend, ſondern auch das Fundament aller Tugend und Heiligung. So iſt auch nichts älter als das Faſten, welches im erſten Garten des Vergnügens war anbefohlen worden. Nichts iſt ſtärker als das Faſten, ſagt Ambroſius; denn ein einziges Weib hat durch ihr Faſten ein unzähliges Heer der trunkenen Krieger erſchlagen. Darum ſagt der nämliche Ambroſius, man ſolle auch die Knaben und Jünglinge an das Faſten gewöhnen, und behauptet mit allem Ernſt, daß man

Digitized by Google

ſie dadurch von Laſtern zurückhalten könne. Das Faſten ſoll auch die zarte Jugend im Zaum halten und Sparſamkeit im Eſſen ſoll die ungezähmten Begierden zügeln. Denn wer ſeine Begierden nicht im Zaume hält, der wird wie ein ungezügeltes Pferd hin und her geriſſen, getreten geplagt.

Wir haben ſchon oben nicht wenige genannt, die ſelbſt ſchon in der Wiege zu faſten begannen. Dieſen fügen wir noch bei einen auserkohrnen jungen Mann, der unter der Jugend gewiß nicht ſeines Gleichen hat, und in ſeinem ſiebenzehnten Jahre zu Rom ſtarb. Antonius Maria Ubaldinus von Urbino, Graf zu Mantua, pflegte an dem Tag, an welchem er das himmliſche Gaſtmahl zu ſich genommen, nichts weiter als nur einen Biſſen Hausbrod zu ſich zu nehmen und enthielt ſich jeder andern Speiſe, die er mit Einwilligung ſeiner Eltern den Armen hintrug, und hiemit machte er ſchon im zwölften Jahre den Anfang. Auch an andern Tagen that er dieſes, indem er gar oft eine Urſache ſuchte, von ſeines Vaters Tafel aufzuſtehen, ſo daß es den Anſchein hatte, als würde er allein etwas eſſen, während er nichts zu ſich nahm als Brod und Waſſer. Auch auf der Jagd hielt er ſich oft bis in die Nacht auf, um mit Freuden das Mittagsmahl verſäumen zu können. Mit Vergnügen ſchreibe ich dieſes, denn er hatte ſowohl ſeine Begierden überwunden, als auch zugleich ſeine Lauſcher ſo viel möglich hintergangen. Sonſt aß er, wenn er auch zu Hauſe war, und als Knabe mit den Seinigen ſpeiſte, weder viel,

Digitized by Google

noch ſonderlich gute Biſſen, ſondern achtete gemeiniglich nicht darauf, wenn eine köſtliche oder fremdartige Speiſe andern wohl ſchmeckte, und wollte lieber ſich an gemeine und einfache Speiſen gewöhnen und davon genießen.

Wir haben, lieber Leſer, eine Wolke von Zeugen. Wir werden durch alte und neue Beiſpiele von allen Seiten zu einer ſtrengeren Mäßigkeit angeſpornt. Es fällt in die Augen was uns hier noch beizufügen gut dünkt. Eben in dem Kollegium zu München, wo ich dieſes ſchreibe, befindet ſich ein Mann von 90 Jahren P. Matthias Mairhofer, geſund und friſch, ohne Podagra und Zipperlein, ohne Gries und Stein, an Verſtand und allen ſeinen Sinnen unverletzt, nur iſt das gute Geſicht durch ſtetes Studieren etwas geſchwächt. Und dennoch ſitzt er noch bis auf den heutigen Tag mit unermüdetem Fleiß über den Büchern, lieſt und ſchreibt wie ein junger Mann, geht nie müßig und wird nächſtens wieder ein Buch herausgeben. Er entrichtet täglich das h. Meßopfer, iſt mit der ſchlechten und gemeinen Koſt ganz zufrieden, und ſpeiſt wie die andern. Abends ißt er meiſtens nichts, oder doch nur ſehr ſpärlich. Und zu einem ſo hohen Alter, nämlich zu neunzig Jahren, iſt er friſch und geſund, heiter und fröhlich gekommen, und wird auch, wie es ſcheint, noch länger leben, durch eine ſehr ſtrenge Diät im Eſſen und Trinken, durch ein faſt tägliches Faſten. Denn er faſtet jede Woche viermal und enthält ſich nicht nur gekoch-

Digitized by Google

ter Speiſen, ſondern auch des trocknen Brodes und Waſſers, ſo daß weder ein Biſſen Brod noch ein Tröpflein Waſſer an ſeinen Mund kommt. So hält er auch den h. Advent und die vierzigtägige Faſten als ob er nicht über dreißig Jahre zählte, dergeſtalt, daß er alle Wochen viermal das Nachteſſen, oder wie wir es nennen, die Abend-Collation gänzlich unterläßt und wahrhaft und durchaus in allen Stücken faſtet: an den drei andern Tagen ſchickt er ſich in die Gewohnheit und gebraucht gegen Abend Brod und Speiſewein, aber wohl mit Waſſer vermiſcht und äußerſt wenig. Dieſer Ordensmann möchte, weil er auf 100 Jahre zugeht, mit dem alten Hilarion verglichen werden, der da ſagte: „Ich habe Chriſto 70 Jahre gedient“, denn dieſer hat eben ſo viele Jahre in unſerer geringſten Societät Jeſu zugebracht, in höchſter Sittenreinheit, unter vielen Sorgen und ſchweren Studien iſt er ſchon 60 Jahre Prieſter.

Sieh doch mein lieber Leſer, was Diät, Faſten, Enthaltſamkeit vermöge: es ſchenkt einem leicht 90 und noch mehr Jahre, während Ueberfluß an Speiſe und Schlemmerei die Hälfte hinwegzunehmen pflegt. Darum muß man den ungläubigen Freſſern und Säufern tauſend- und abermal tauſendmal vorhalten: „Zu viel Eſſen zieht Krankheiten zu: wer aber mäßig lebt, verlängert ſein Leben“ (Eccl. 37. 33), er wird ſeine Jahre vermehren, ſeine Wiſſenſchaft, ſeine Heiligkeit wird zunehmen.

Indem ich dieſes ſchreibe, ſieh da bekomme ich aus Antwerpen ein Schreiben, datirt vom 20. September im Jahre 1637, welches meine Ausſage durch ein neues Beiſpiel beſtätigt. Vor eilf Jahren war daſelbſt eine edle und wohlhabende Matrone. Als dieſe 23 Jahre alt war, fiel ſie in eine ſo ſchwere Krankheit, daß die Aerzte dafürhielten es könne ihr nicht mehr geholfen werden, es wäre um ihre Geſundheit und um ihr Leben geſchehen. Darum entſchloß ſie ſich, alle Arznei bei dem Faſten zu holen und dieſes geſchah mit eben ſo heilſamen und glücklichen Erfolg als mit ausdauerndem Muth und Beſtändigkeit. Denn von dieſer Zeit an nahm ſie faſt nichts zu ſich als geſchälte Gerſte zur Speiſe und Gerſtenwaſſer zum Getränk. Und bei dieſer Nahrung erreichte ſie durch den wunderbaren Vortheil des Faſtens ohne eine Beſchwerde das 71ſte Jahr ihres Lebens.

Dergleichen Sachen hören wir an, ſehen auch zuweilen die lebendigen Beiſpiele der Tugend mit eigenen Augen, werden aber zur Nachfolge nicht gar ſehr entzündet und angezogen. Wir loben das Faſten, aber verſuchen wollen wir es nicht; denn hierin betrügt uns meiſtens unſer ungläubiger und ungewohnter Schlund und Gaumen. Das iſt wohl ein doppeltes und ſehr großes Uebel. Erſtlich iſt der Unglaube des Schlundes ſo ſchalkhaft, daß er alle Kraft der Beiſpiele, der Beweiſe und der Schlüße verlacht. Was man auch immer ſagt, wir wollen lieber herrlich eſſen und trin-

Digitized by Google

ken, auch mit Verluſt unſerer Geſundheit, als nur ein wenig Hunger leiden zum großen Nutzen derſelben. So thörichte Vorſicht nimmt die Eigenliebe, daß ſie, wenn man das Futter entzieht, oder auch nur ein wenig ſchmälert, gleich fürchtet an der Geſundheit Schaden zu leiden: Wir werden heißt es, nicht ſchlafen können, der Kopf wird uns wehe thun, der leere Magen wird bellen, die Kräfte werden abnehmen, die Arbeit wird uns zu viel abmatten. Tauſenderlei erdenken und träumen wir, wenn wir von dem gefürchteten Faſten hören. Niemand, kein Apoſtel, ja ſelbſt Chriſtus kann uns nicht eines andern überzeugen. Wir ſind ungläubig. Beides, ſowohl der Nutzen als die Nothwendigkeit des Faſtens wird in ſo vielen Büchern beſchrieben, von ſo vielen Kanzeln gelehrt, durch ſo viele Gründe und Schlüße dargethan, durch ſo viele Beiſpiele erwieſen, durch eine ſo häufige und in der That tägliche Erfahrung beſtätigt. Nichts deſto weniger glauben wir weder Büchern, noch Kanzeln, noch Schlüſſen, noch Beiſpielen noch der Erfahrung ſelbſt: fürchten immer die zu große Abnahme unſerer Kräfte und ich weiß nicht was für Unheil. Alſo ſcheuen wir einen leeren Schatten.

Athanaſius hat, wie wir oben gezeigt, ſehr wohl geſagt: Du ſollſt denen nicht glauben, die dir rathen, du ſollſt nicht faſten. Die Speiſe iſt für den Bauch und der Bauch für die Speiſe: Gott wird aber dieſen und jene zerſtören. So glaube alſo denen, die Ein-

Digitized by Google

ſicht und Verſtand haben, und das Faſten allen Wolluͤſten vorziehen. Bezwinge deines Schlundes Unglauben durch taͤglichen Fleiß und du wirſt es bald mit den Weiſen halten. Wir kennen am Hofe des durchlauchtigſten Churfuͤrſten Herzog Maximilians von Bayern große und beruͤhmte Maͤnner, die dabei geſund und ſtark ſind, ja die noch mit vielen Reiſen geplagt werden, die es ſich zum Geſetz gemacht, Abends durchaus nichts zu genießen, weder Brod noch Wein zum Mund zu bringen; und ſie befinden ſich, wie ſie ſagen, ſehr wohl dabei. Entſchließe dich es zu verſuchen, der du einen unglaͤubigen Schlund haſt, und du wirſt ihnen Beifall geben. Wenn du deine Geſundheit mit Ernſt lieb haſt, ſo trage keinen Abſcheu dieſe Aloë des Faſtens zu genießen.

So iſt denn das erſte Hinderniß welches uns vom Faſten abhaͤlt ein unglaͤubiger Schlund. Das andere iſt nicht geringer, naͤmlich ein verwoͤhnter Gaumen. Wir ſind naͤmlich wie die Thiere, z. B. die Mauleſel, nur zum Eſſen geboren, und gewohnt alle Tage zweimal uns bei voller Krippe einzuſtellen: von der Wiege hat man uns gelehrt den Tag uͤber zwei- oder dreimal auch oͤfter Nahrung zu nehmen. Dieſe alte Gewohnheit, daß wir nicht nur zu Mittag ſondern auch zu Nacht eſſen, haͤlt uns dergeſtalt gebunden, daß, wer das Gegentheil anrathen wuͤrde, fuͤr einen Feind und neuen Ketzer gehalten wuͤrde. Es kommt uns zumal hart an, von einer ſo alten Gewohnheit abzuweichen:

Digitized by Google

und meinen, es ſey eiue traurige Strafe, wenn wir nur einmal des Tages eſſen. Laßt dieß für die Mönche, ſpricht man; wir ſind anders gewöhnt. Das iſt kein Leben, wenn einer des Tages nur einmal ſoll aufſchütten und mahlen. Chryſoſtomus ſtreitet heftig wider dieſe Gewohnheit im 1. Theil über das 9. Cap. Geneſis, oder wider den, der nicht zu faſten anfangen will: Liebe Leute, laßt uns nicht der Gewohnheit unbeſonnener Weiſe dienen, ſondern unſere Sache mit Vernunft anſtellen.

Der Teufel verſucht Chriſtus nicht wann er faſtet, ſondern wenn ihn hungert, auf daß du nämlich lerneſt, was das Faſten für ein großes Gut ſey, und daß dieß die größte und beßte Waffe wider den Teufel iſt. Das Fleiſch grämt ſich im Faſten, aber die Seele hält alsdann Panquet. Siehe nicht allein auf die Arbeit, ſondern auf die Frucht. Es iſt uns zwar mühſam, wann wir faſten, wir ſind aber nicht für den Herrn Jeſus gekreuzigt wenn wir's unterlaſſen. Warum iſt aber das Faſten anſtatt des Kreuzes? Er hat ein größeres für uns getragen; wir geben ihm nur ein kleines wieder: um deinetwillen iſt er gekreuzigt, durſtig und mit Galle getränkt: Was thuſt du um ſeinetwillen? Beſteheſt du in der Arbeit? du haſt noch nicht am Kreuze gehangen: ſey nicht undankbar gegen den Herrn Jeſus, bereue dein Faſten nicht; ſondern weine, daß du nicht allezeit faſteſt. Lieber, ſchreib dieſes tief in dein Herz: Weine nicht, weil du faſteſt, ſondern weine, weil du

Digitized by Google

nicht allezeit faſteſt. Der mit Jeſus nicht leidet, der kennt Jeſus nicht; wer das Faſten abweiſet, der kennt das Kreuz nicht; da dieſes nicht bös iſt, alſo ſollſt du auch keine ſolchen Gedanken davon faſſen, als wäre es bös, auf daß der nicht ein unflätiger Knecht ſey, der ein Diener Gottes iſt. Wie abermal Chryſoſtomus im 2ten Theil des 4ten Cap. Matthäus in der 13ten Predigt und in dem I. Sermon vom Faſten ſchreibt.

Dieſe Lehre, ſo von einem goldenen Munde und goldener Feder gefloßen, beſchließe und verſiegle ich mit dieſen Worten des Ambroſius aus dem III. Thle. 25 Sermon vom 40tägigen Faſten: Faſten iſt dem Chriſten eine Mauer, welche der Teufel nicht gewinnen, und der Feind nicht überſteigen kann. Denn welcher Chriſt hat jemals gefaſtet und iſt gefangen worden?

Der Teufel macht ſich an einen dem Trunke ergebenen Menſchen: der Teufel greift den Geilen an. Wo man Faſten ſehen läßt, flieht er, da fürchtet er ſich, das ſchreckt ihn, da zittert er, da wird er unkräftig und liegt mitten in der Schwachheit zu Boden. Ja, ſage ich, er wird durch Schwachheit zu Boden geſchlagen, weil die Schwachheit der Chriſten Stärke iſt. So iſt alſo das Faſten unſer Feldlager, welches uns vor des Teufels Ueberfall beſchirmt. Wenn ich ſchwach werde, dann bin ich mächtig, ſagt Paulus im II. Brief an die Cor. 16. Cap. 10. V. Und alſo redet Ambroſius noch-

Digitized by Google

mal im 5ten Theil 4. Buch der Auslegung über das Evangelium des hl. Lukas. Der Schlund iſt ein Pfeil des Teufels, ergreife du den Schild, den Panzer des Faſtens.

Hier ſchlage ich auf meine Bruſt, und hebe meine Hände gegen Himmel empor, und rede frei mit dem ſeligen Hieronymus: Aus dem 10. Cap. 6 über das 1. Cap. der Epiſtel von Titus, 7. Vers, vor der ganzen weiten Welt alſo: Ein Jeder mag ſagen was er will, ich rede mein Gewiſſen heraus: „Ich weiß, daß mir das unterlaſſene Faſten geſchadet, und das oft wiederholte genützt hat.“

Ende.

Digitized by Google

Digitized by Google

Digitized by Google

Digitized by Google